

UNIVERSIDADE DE LISBOA  
FACULDADE DE PSICOLOGIA



**AS EXPECTATIVAS DOS JOVENS EM RELAÇÃO AO  
ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO**

**Ana Rita de Sousa Barreiro**

**MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA**

**(Secção de Psicologia Clínica e da Saúde / Núcleo de Psicoterapia Cognitiva-Comportamental e Integrativa)**

**2017**

UNIVERSIDADE DE LISBOA  
FACULDADE DE PSICOLOGIA



**AS EXPECTATIVAS DOS JOVENS EM RELAÇÃO AO  
ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO**

**Ana Rita de Sousa Barreiro**

**Dissertação Orientada pela Professora Doutora Luísa Bizarro**

**MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA**

**(Secção de Psicologia Clínica e da Saúde / Núcleo de Psicoterapia Cognitiva-Comportamental e Integrativa)**

**2017**

## **Agradecimentos**

Primeiramente, gostaria de agradecer à Professora Luísa Bizarro pela disponibilidade, compreensão, e por partilhar os seus conhecimentos, vitais para a realização desta investigação.

Às instituições, psicólogos e participantes, sem a vossa disponibilidade e contributo, este trabalho nunca teria sido realizado. Obrigada.

Às minhas amigas, que independentemente da situação, estão sempre preparadas com força e alegria de viver, uma gargalhada e um abraço.

À avó Rosalina, uma estrela que guia o meu caminho. Ainda ouço o teu riso.

Ao avô Porfírio, o coração mais puro que alguma vez existiu.

Aos meus pais, Jorge e Maria, cuja força, apoio e amor incondicionais me mostram o que está para lá do arco-íris.

## **Resumo**

As expectativas referem-se às crenças antecipatórias do cliente, acerca do acompanhamento psicológico (Nock & Kazdin, 2001). Podem referir-se a diferentes aspectos da intervenção como os procedimentos e resultados terapêuticos (Nock & Kazdin, 2001). Deste modo, as expectativas de resultado aludem às crenças dos clientes acerca das consequências da terapia (Constantino, Arnkoff, Glass, Ametrano, & Smith, 2011). São uma área importante pois representam algo que o cliente traz consigo na primeira sessão, e podem influenciar a forma como se vão comportar nas sessões (Batista 2010), tal como o nível de compromisso relativamente ao processo e os resultados terapêuticos (Dew & Bickman, 2005). A presente investigação pretende analisar quais as expectativas dos jovens relativamente ao processo e resultados terapêuticos, de acordo com diferentes variáveis demográficas, pretendendo-se ainda analisar a evolução das expectativas dos jovens acerca do acompanhamento psicológico, comparando-as no início, a meio e no fim do processo terapêutico. Neste estudo participaram 11 jovens, com idades compreendidas entre os 12 e os 21 anos, que estavam a iniciar o processo de acompanhamento psicológico. Em termos metodológicos, optou-se por uma metodologia mista, tendo sido aplicados a Escala de Expectativas de Resultado do Acompanhamento Psicológico (Bickman, Athay, Riemer, Lambert, Kelley, Breda, Tempesti, Dew-Reeves, Brannan, & Vides de Andrade, 2010) e o Índice de Expectativas em relação ao Processo de Acompanhamento Psicológico (Bickman, et al. 2010). Para analisar os dados recolhidos recorreu-se à análise de estatística descritiva e à análise qualitativa das respostas. Os resultados mostram que, no início do processo, os jovens apresentaram expectativas entre o nível médio e elevado. Foram encontradas diferenças nas expectativas de acordo com as diversas variáveis demográficas. A análise longitudinal indicou que, no geral, houve uma evolução positiva relativamente às expectativas de resultado.

**Palavras-Chave:** Expectativas, Psicoterapia, Crianças e Adolescentes

## **Abstract**

Expectations refer to anticipatory beliefs that clients have about psychotherapy (Nock & Kazdin, 2001). They may refer to different aspects of the intervention like procedures and therapeutic outcome (Nock & Kazdin, 2001). Thus, outcome expectations allude to client's beliefs about the consequences of therapy (Constantino, Arnkoff, Glass, Ametrano, & Smith, 2011). They are an important area because they represent something that clients bring with them and they can influence the way they behave in sessions (Batista, 2010), as well as the level of commitment to the therapeutic process and outcome (Dew & Bickman, 2005). The present investigation intends to analyze which are the youngster's expectations about the process and therapeutic outcomes, according to several demographic variables, it is still intended to analyze the evolution of youngster's expectations about the psychological process, comparing them at the beginning, in the middle and at the end of the therapeutic process. This study involved the participation of 11 youngsters, with ages ranging from 12 to 21 years old, that were beginning the process of psychological therapy. In methodological terms, it was opted for a mix methodology, being applied the Youth Treatment Outcome Scale (Bickman, Athay, Riemer, Lambert, Kelley, Breda, Tempesti, Dew-Reeves, Brannan, & Vides de Andrade, 2010) and the Treatment Process Expectation's Index (Bickman et al., 2010). To analyze the collected data, it was resorted to descriptive statistics and a qualitative analysis of the answers. The data shows that, at the beginning of the process youngsters presented expectations between the moderate and high levels. Differences were found in the expectations according to the several demographic variables. The longitudinal analysis indicated that, in general, there was a positive evolution regarding outcome expectations.

**Key-Words:** Expectations, Psychotherapy, Children and Adolescents

## Índice Geral

1. Introdução.....	1
2. Enquadramento Teórico.....	3
2.1. Psicoterapia.....	3
2.1.2. Psicoterapia com crianças e adolescentes.....	4
2.2. Adolescência .....	8
2.2.1. Adolescência de acordo com a perspectiva Desenvolvimentista.....	9
2.3. Expectativas.....	12
2.3.1. Tipos de expectativas .....	13
2.3.2. Importância das expectativas .....	14
2.3.3. Expectativas dos jovens relativamente ao acompanhamento psicológico .....	15
3. Metodologia.....	24
3.1. Objectivos.....	24
3.2. Questões de investigação .....	24
3.3. Tipo de investigação .....	25
3.4. Caracterização da amostra .....	26
3.5. Medidas .....	26
3.5.1. Escala de Expectativas de resultado do acompanhamento psicológico .....	27
3.5.2. Índice de Expectativas em relação ao processo de acompanhamento psicológico.....	28
3.6. Procedimento .....	28
3.6.1 Recolha de dados.....	28
3.6.2. Metodologia para análise de dados.....	29

4. Resultados .....	31
4.1. Caracterização da amostra .....	31
4.2. Resultados de acordo com as questões de investigação.....	34
5. Discussão .....	99
6. Conclusões e Implicações .....	113
7. Limitações e Direcções Futuras .....	116
8. Referências Bibliográficas .....	118
9. Anexos .....	126

## Índice de Tabelas

<b>Tabela 1.</b> Formulário de Cotação da Escala de Expectativas de Resultado do Acompanhamento Psicológico .....	128
<b>Tabela 2.</b> Resultados totais da Escala de Expectativas de Resultado do Acompanhamento Psicológico.....	128
<b>Tabela 3.</b> Interpretação da escala de expectativas em relação ao processo de acompanhamento psicológico.....	128
<b>Tabela 4.</b> Representação dos participantes de acordo com idade e sexo.....	32
<b>Tabela 5.</b> Representação das problemáticas dos participantes.....	33
<b>Tabela 6.</b> Análise da estatística descritiva das expectativas de processo no início do acompanhamento psicológico.....	34
<b>Tabela 7.</b> Frequências das expectativas de processo no início do acompanhamento psicológico.....	36
<b>Tabela 8.</b> Análise da estatística descritiva das expectativas de resultado, no início do acompanhamento psicológico.....	37
<b>Tabela 9.</b> Frequência das expectativas de resultado no início do acompanhamento psicológico.....	38
<b>Tabela 10.</b> Nível das expectativas de resultado do acompanhamento psicológico .....	39
<b>Tabela 11.</b> Análise da estatística descritiva expectativas de processo, participantes do sexo feminino .....	40
<b>Tabela 12.</b> Frequência das expectativas de processo, participantes do sexo feminino.....	42



<b>Tabela 13.</b> Análise da estatística descritiva das expectativas de processo, participantes do sexo masculino.....	43
<b>Tabela 15.</b> Análise da estatística descritiva das expectativas de resultado, participantes do sexo feminino .....	45
<b>Tabela 16.</b> Frequência das expectativas de resultado, participantes do sexo feminino .....	46
<b>Tabela 17.</b> Análise da estatística descritiva das expectativas de resultado, participantes do sexo masculino.....	47
<b>Tabela 18.</b> Frequência das expectativas de resultado, participantes do sexo masculino .....	48
<b>Tabela 19.</b> Análise da estatística descritiva das expectativas de processo, desistências.....	49
<b>Tabela 20.</b> Frequência das expectativas de processo, desistências .....	50
<b>Tabela 21.</b> Análise da estatística descritiva das expectativas de processo, conclusão do acompanhamento.....	51
<b>Tabela 22.</b> Frequência das expectativas de processo, conclusão do acompanhamento .....	53
<b>Tabela 23.</b> Análise da estatística descritiva das expectativas de resultado, participantes que desistiram do acompanhamento .....	54
<b>Tabela 24.</b> Frequência das expectativas de resultado dos participantes que desistiram do acompanhamento .....	55
<b>Tabela 25.</b> Análise da estatística descritiva das expectativas de resultado, participantes que desistiram do acompanhamento .....	56
<b>Tabela 26.</b> Frequência das expectativas de resultado, conclusão do acompanhamento.....	57

<b>Tabela 27.</b> Análise da estatística descritiva das expectativas de processo, acompanhamento prévio.....	58
<b>Tabela 28.</b> Frequência das expectativas de processo, acompanhamento prévio...	59
<b>Tabela 29.</b> Análise da estatística descritiva das expectativas de processo, primeiro acompanhamento .....	60
<b>Tabela 30.</b> Frequência das expectativas de processo, primeiro acompanhamento .....	62
<b>Tabela 31.</b> Análise da estatística descritiva das expectativas de resultado, acompanhamento prévio.....	63
<b>Tabela 32.</b> Frequência expectativas de resultado dos participantes, acompanhamento prévio.....	64
<b>Tabela 33.</b> Análise da estatística descritiva das expectativas de resultado, primeiro acompanhamento.....	65
<b>Tabela 34.</b> Frequência das expectativas de resultado, primeiro acompanhamento.....	66
<b>Tabela 35.</b> Análise da estatística descritiva das expectativas de processo, 12-14 anos.....	67
<b>Tabela 36.</b> Frequência das expectativas de processo, 12-14 Anos.....	69
<b>Tabela 37.</b> Análise da estatística descritiva das expectativas de processo, 15-17 anos .....	70
<b>Tabela 38.</b> Frequência das expectativas de processo, 15-17 Anos.....	71
<b>Tabela 39.</b> Análise da estatística descritiva das expectativas de processo, 18-21 anos .....	72
<b>Tabela 40.</b> Frequência das expectativas de processo, 18-21 anos.....	73

<b>Tabela 41.</b> Análise da estatística descritiva das expectativas de resultado, 12-14 anos.....	74
<b>Tabela 42.</b> Frequência das expectativas de resultado, 12-14 anos .....	75
<b>Tabela 43.</b> Análise da estatística descritiva das expectativas de resultado, 15-17 anos .....	76
<b>Tabela 44.</b> Frequência das expectativas de resultado, 15-17 Anos.....	77
<b>Tabela 45.</b> Análise da estatística descritiva das expectativas de resultado, 18-21 anos .....	77
<b>Tabela 46.</b> Frequência das expectativas de resultado, 18-21 anos .....	78
<b>Tabela 47.</b> Análise da estatística descritiva das expectativas de processo, iniciativa própria.....	79
<b>Tabela 48.</b> Frequência das expectativas de processo, iniciativa própria .....	81
<b>Tabela 49.</b> Análise da estatística descritiva das expectativas de resultado, iniciativa própria.....	82
<b>Tabela 50.</b> Frequência das expectativas de resultado dos participantes em acompanhamento por iniciativa própria.....	83
<b>Tabela 51.</b> Análise da estatística descritiva das expectativas de processo, iniciativa de terceiros.....	84
<b>Tabela 52.</b> Frequência das expectativas de processo, iniciativa de terceiros .....	85
<b>Tabela 53.</b> Análise da estatística descritiva das expectativas de resultado, iniciativa de terceiros .....	86
<b>Tabela 54.</b> Frequência das expectativas de resultados, iniciativa de terceiros...	87
<b>Tabela 55.</b> Frequência das expectativas de processo da participante 1 .....	89
<b>Tabela 56.</b> Frequência das expectativas de processo, participante 2.....	91
<b>Tabela 57.</b> Frequência das expectativas de processo da participante 3.....	93

<b>Tabela 58.</b> Frequência das expectativas de resultado da participante 1.....	94
<b>Tabela 59.</b> Frequência das expectativas de resultados, participante 2.....	96
<b>Tabela 60.</b> Frequência das expectativas de resultado, participante 3.....	98

## **Anexos**

**Anexo A** - Escala de Expectativas de Resultado do Acompanhamento Psicológico

**Anexo B** - Tabelas de Cotação e Interpretação da Escala de Expectativas de Resultado

**Anexo C**- Índice de Expectativas em Relação ao Processo de Acompanhamento Psicológico

**Anexo D**- Tabela de Interpretação do Índice de Expectativas em Relação ao Acompanhamento Psicológico

**Anexo E** - Pedido para Uso da Escala e do Índice

**Anexo F** - Consentimento dos Autores

**Anexo G** - Pedidos de Autorização para as Instituições

**Anexo H** - Consentimento dos Encarregados de Educação

**Anexo I** - Instruções para os Participantes

**Anexo J** - Dados Demográficos a Preencher pelo Participante

**Anexo K** - Dados Demográficos a Preencher pelo Psicólogo

## 1. Introdução

A psicoterapia com crianças e adolescentes é complexa, devido aos múltiplos contextos nos quais os jovens se inserem (Sá, 2005). A esta complexidade acresce o facto de serem referenciados pelos adultos com quem têm mais contacto, não sendo habitual que comecem a ser acompanhados por escolha própria (Braswell & Kendall, 1988; Weisz & Bearman, 2008). Em alguns casos, surgem dificuldades em manter o jovem no processo (e.g., devido a objecções da sua parte), o que pode contribuir directamente para a desistência do acompanhamento (Kazdin, 2003).

As expectativas sobre psicoterapia referem-se a crenças antecipatórias que os clientes têm relativamente ao acompanhamento (Nock & Kazdin, 2001), e que levam consigo para a terapia (Moore-Thomas & Lent, 2007). Podem envolver os procedimentos, resultados, terapeutas ou qualquer outra faceta da intervenção e do modo como esta é desenvolvida (Nock & Kazdin, 2001). Consequentemente, não só têm um papel significativo na participação no acompanhamento (e.g., assiduidade), como também no processo de mudança (Nock & Kazdin, 2001), sendo fortes preditores dos resultados terapêuticos (Joyce, McCallum, Piper, & Ogrodniczuk, 2000).

A compreensão destas características faculta aos terapeutas informação valiosa acerca dos seus clientes, tal como pode fornecer maior *insight* para ajudar os que já se encontram em acompanhamento (Dew & Bickman, 2005). Assim, o conhecimento das expectativas da terapia pode auxiliar o clínico a saber qual a melhor forma de fazer com que os clientes se sintam mais confortáveis nas sessões, e minimizar o seu desgaste de modo a que a eficácia terapêutica possa aumentar (Stewart, Steele, & Roberts, 2014). Pode ainda auxiliar os psicólogos a criarem melhores alianças terapêuticas com os clientes e fomentar grandes mudanças terapêuticas (Stewart et al., 2014).

A maioria dos estudos existentes sobre as expectativas dos jovens focam-se na investigação destas crenças de modo a verificarem possíveis relações ou influências relativamente a outras variáveis específicas, e.g., aliança terapêutica. A presente investigação pretende realizar uma recolha de expectativas que se refiram a um leque mais amplo de variáveis. Tem como objectivo apurar quais as expectativas dos jovens relativamente ao processo e resultados terapêuticos, de acordo com diversas variáveis demográficas. Adicionalmente, pretende-se analisar a evolução das expectativas dos jovens acerca do acompanhamento psicológico.

Para este efeito, foi utilizada a Escala de Expectativas de Resultado do Acompanhamento Psicológico e o Índice de Expectativas em relação ao Processo de Acompanhamento Psicológico (Bickman et al., 2010). Foi necessário traduzir e adaptar os instrumentos de medida, tendo sido realizado o pré-teste dos mesmos.

Na presente investigação foram aplicados a onze participantes em três momentos do acompanhamento psicológico (no início da primeira, na quinta e na última sessões). Os dados recolhidos foram analisados através de uma metodologia quantitativa e qualitativa.

Este trabalho divide-se em seis capítulos. O primeiro apresenta o tema em estudo, através de um enquadramento teórico, do qual fazem parte investigações sobre psicoterapia e expectativas dos adolescentes. O segundo capítulo refere-se à metodologia, que incorpora os objectivos e questões de investigação, o tipo de investigação realizada, a caracterização da amostra e a descrição dos instrumentos utilizados. Neste capítulo também se encontram descritos o procedimento de recolha de dados e as análises dos mesmos. O terceiro capítulo foca-se na apresentação dos resultados. O quarto capítulo é dedicado à discussão e reflexão sobre os dados. O quinto e sexto capítulos focam-se, respectivamente, nas conclusões e implicações clínicas do estudo, e nas limitações e considerações de direcções futuras.

## **2. Enquadramento teórico**

### **2.1 – Psicoterapia**

Psicoterapia é um termo genérico para as diversas intervenções que se baseiam nas acções dos terapeutas, independentemente da sua orientação teórica (Sá, 2005). Tem como objectivo auxiliar o cliente a melhorar o seu funcionamento no quotidiano, através do alívio da perturbação resultante de problemas emocionais e comportamentais específicos (Sá, 2005), tal como da redução, em número e intensidade, de sintomas que causam sofrimento (Adler-Tapia, 2012; Strupp, 1983). Visa ainda a diminuir o comportamento não adaptativo e/ou potenciar o comportamento adaptativo (Weisz, Weiss, Alicke, & Klotz, 1987). Também permite o desenvolvimento de capacidades e estratégias que fomentem a independência e a resolução de problemas (Kendall, 2006).

Há um grande número de abordagens terapêuticas, cada uma com um racional próprio e técnicas específicas (Lambert & Ogles, 2004a). Consequentemente, existem inúmeras formas de intervenção designadas para facilitar a diminuição do distresse psicológico (Kendall, 2006), que submetem o cliente a experiências e comportamentos díspares (Lambert & Ogles, 2004a). Estas abordagens não são completamente independentes umas das outras, sobrepondo-se em diversos graus (Kendall, 2006). Assim, podem atingir objectivos semelhantes através de processos distintos, incorporando factores comuns (Lambert & Ogles, 2004a), e.g., a relação terapêutica (Høglend, 1999). A eficácia de cada intervenção está relacionada com um vasto leque de factores (Lambert & Ogles, 2004a), e.g., idade do cliente, a forma como o acompanhamento é realizado (p.e., individual vs. em grupo, Kazdin, 1991).

Todas as formas de psicoterapia visam a mudança de personalidade e de comportamento (Strupp, 1983). Estas são mediadas por diferentes factores, nomeadamente, as características do cliente (Holmbeck, 1998, citado por Lambert & Ogles, 2004b), que podem ser externas ao indivíduo (e.g., apoio social), ou intrínsecas a este (e.g., inteligência, Lambert & Ogles, 2004b). Também podem ser variáveis relativamente estáveis (traços da personalidade), ou constantes (e.g., sexo, raça, Lambert & Ogles, 2004b). Estes factores desempenham um papel fundamental no que é considerado um problema, na determinação das recomendações terapêuticas e na sua evolução (Sá, 2005).



### **2.1.2 – Psicoterapia com Crianças e Adolescentes**

A psicoterapia com crianças e adolescentes é complexa, devido aos múltiplos contextos nos quais os jovens se inserem, e.g., família, escola, grupos de pares (Sá, 2005). Geralmente exige diferentes papéis do terapeuta, que deve mudar de forma competente a sua postura para ir ao encontro das necessidades do cliente, bem como das pessoas significativas nas suas vidas (Sá, 2005). O terapeuta também tem o papel de estabelecer limites, ser educador ou mediador (Sá, 2005).

Existem diferenças no modo como adultos, crianças e adolescentes são referidos para psicoterapia (Braswell & Kendall, 1988). Contrariamente ao que acontece com a maioria dos adultos, as crianças e adolescentes são referenciados pelos adultos com quem têm mais contacto, i.e., pais e professores, não sendo habitual que comecem a ser acompanhados por escolha própria (Braswell & Kendall, 1988; Weisz & Bearman, 2008). Esta falta de iniciativa por parte dos jovens para principiarem o processo terapêutico parece estar relacionada com o facto de não identificarem os seus sintomas como problemáticos e, por isso, defenderem que não necessitam de acompanhamento (Kazdin, 2003; Weisz & Bearman, 2008).

O carácter involuntário da sua participação nas sessões pode resultar numa total ausência de motivação para se envolverem numa relação com o terapeuta, ou em admitir que são necessárias mudanças (Sá, 2005). Em alguns casos, surgem dificuldades em manter o jovem no processo (e.g., devido a objecções da sua parte), o que pode contribuir directamente para a desistência do acompanhamento (Kazdin, 2003). Assim, é fundamental desenvolver algum tipo de motivação no cliente (Sá, 2005). Este é um dos desafios de trabalhar com esta população: envolvê-la no processo, estimulando-a a trabalhar em direcção à mudança, quando este objectivo não é considerado necessário ou potencialmente útil (Kazdin, 2003).

O ímpeto para procurar acompanhamento é habitualmente a presença de sintomas ou comportamentos não adaptativos, perturbadores ou disruptivos (Kazdin, 1989). A necessidade de acompanhamento psicológico surge, em parte, devido a comportamentos de exteriorização, e.g., impulsividade, comportamentos anti-sociais (Braswell & Kendall, 1988; Kazdin, 2003). Questões emocionais (e.g., depressão, ansiedade) são menos disruptivas, existindo maior probabilidade de não serem detectadas pelos pais e professores (Kazdin, 2003). Contudo, as questões de depressão e ansiedade nas crianças e adolescentes têm vindo a receber mais atenção, e o público em geral está mais informado sobre os sintomas destas condições (Braswell & Kendall, 1988). Também as

questões relacionadas com comportamentos de risco (e.g., substâncias ilícitas, vandalismo, sexo desprotegido) constituem motivos para acompanhamento psicológico (DiClemente, Hansen, & Ponton, 1996; Kazdin, 2003).

Algumas questões emocionais e comportamentais abordadas na terapia (e.g., agressividade, ansiedade) são, em formas menos extremas, parte do desenvolvimento normativo (Kazdin, 2003). Assim, o acompanhamento psicológico é indicado quando os sintomas são extremos, e fazem parte de uma constelação de comportamentos que interferem com o funcionamento da criança ou adolescente no seu quotidiano, e não atenuam com a maturação (Kazdin, 2003). Decidir se é indicado intervir apresenta desafios pois alguns comportamentos aparentemente problemáticos podem revelar ser de curta duração ou perturbações no desenvolvimento, ao invés de dificuldades que se manifestem ao longo da vida do indivíduo (Kazdin, 2003).

As intervenções com jovens tipicamente têm o intento de trabalhar capacidades, estilos de processamento da informação, emoções e comportamentos (Kendall, 2006). É através de procedimentos baseados no desempenho que estes objectivos se atingem (Kendall, 2006). O nível de desenvolvimento cognitivo dos jovens pode limitar o trabalho de mudança através do diálogo (Kendall, 2006). Assim, não é suficiente falar sobre as mudanças, também é necessário praticá-las, caso contrário, as suas capacidades não serão desenvolvidas (Kendall, 2006).

Na imagem prototípica da terapia, o cliente é visto individualmente nas sessões, por um profissional de saúde mental (Kazdin, 2003). No entanto, como foi mencionado anteriormente, na terapia com crianças e adolescentes os pais, professores, irmãos e pares podem, sozinhos ou em diversas combinações, ter um papel suplementar de apoio ao acompanhamento (Kazdin, 2003). Assim, os psicoterapeutas tentam envolver os pais no processo terapêutico (Creed, Resweber, & Beck, 2011).

Este envolvimento é importante devido a diferentes factores: o papel que as crenças parentais têm na forma como o sistema familiar funciona, e no facto de os padrões de comportamentos e crenças poderem ser passados ao longo de gerações, sendo que as crianças e adolescentes aprendem as suas crenças e regras acerca do mundo, a partir da família (Creed et al., 2011). Também a saúde física e mental dos pais, stresse no ambiente familiar, circunstâncias de vida difíceis, e desvantagens socioeconómicas são alguns dos factores que podem influenciar a natureza e severidade das problemáticas apresentadas, tal como a eficácia do acompanhamento (Kazdin, 2003; Stein, Ramchandani, & Murray, 2008). Ainda, o divórcio dos pais (Amato, 2001, Cherlin et al., 1991, citados por Jenkins,

2008), conflitos parentais associados a diversos comportamentos emocionais e disruptivos podem contribuir para as perturbações das crianças e adolescentes (Jenkins, 2008).

Devido às limitações de autoconsciência, e da capacidade de se expressarem, os terapeutas contam com as informações fornecidas pelos pais e professores (Weisz & Bearman, 2008). Estes informantes podem proporcionar mais conhecimentos sobre a natureza do problema, comportamento problemático e contingências ambientais, tal como podem proporcionar dados médicos, sociais e académicos relevantes, e reportar informações acerca dos antecedentes e consequentes associados ao comportamento problema (Rettman, Christiansen, & Snyder, 2005).

No entanto, a acuidade das informações fornecidas por pais e professores pode ser comprometida por um número limitado de observações da criança ou adolescente em diferentes situações, e pela influência dos seus próprios objectivos para o processo, e.g., medo de denúncia a sistemas de protecção de crianças podem traduzir-se na omissão dos problemas (Kazdin & Weisz, 1998, citados por Weisz & Bearman, 2008). Mais, taxas de concordância de diferentes adultos, acerca do comportamento da mesma criança, são baixas (Achenbach, McConaughy, & Howell, 1987, citados por Weisz & Bearman, 2008), o que constitui uma dificuldade na compreensão e estabelecimento dos objectivos de acompanhamento (Weisz & Bearman, 2008).

A inclusão dos pais no processo de acompanhamento varia de acordo com o nível de desenvolvimento da criança e do adolescente, tal como varia com as questões com as quais se pretende lidar (Kendall, 2012). Por exemplo, com adolescentes mais velhos, que contam com o apoio da família, o envolvimento parental é relativamente diminuto, não estando presentes nas sessões, mas reunindo com o terapeuta com alguma frequência para estarem a par da evolução do processo, sessões educacionais (Wolpert, Elsworth, & Doe, 2005).

Com crianças e adolescentes mais novos, nos quais as dificuldades podem ser paralelas às dificuldades dos pais (e.g., ambos têm elevados níveis de ansiedade), os progenitores têm um papel mais activo, incitam, monitorizam e revêem o uso de capacidades cognitivas dos jovens, podendo juntar-se a eles nas sessões (Wolpert et al., 2005). Esta inclusão dos pais pode auxiliá-los ao incentivo do uso das técnicas cognitivo-comportamentais, em situações da vida real, não acessíveis ao terapeuta, de modo a estabelecer aprendizagem e generalização (Wolpert et al., 2005). O envolvimento dos progenitores pode ainda ajudá-los a aprender novas técnicas para eles mesmos colocarem

em prática ao lidarem com as dificuldades com as quais a criança ou adolescente está a debater-se (Wolpert et al., 2005).

Quando os pais não estão envolvidos no processo, as crianças e adolescentes têm desafios adicionais que envolvem aprender a gerir o papel das crenças da família, e o próprio sistema de crenças (Creed et al., 2011). Por outro lado, também há desafios ao trabalhar com terceiros, como pais, pois problemas parentais e familiares como depressão, abuso de substâncias, ou violência doméstica podem, de forma directa, dificultar o processo de mudança dos filhos (Kazdin, 2003).

Outras dificuldades a considerar antes de trabalhar com pais relacionam-se com os objectivos dos progenitores para a terapia, que podem ser diferentes dos objectivos dos jovens (Geldard, Geldard, & Foo, 2013; Weisz & Bearman, 2008). Normalmente, a agenda dos pais baseia-se no comportamento actual dos filhos, e.g., os pais podem ter como objectivo a extinção de um comportamento (Geldard et al., 2013).

Para lidar com estas dificuldades, o terapeuta procura compreender a natureza do problema, clarificar o ponto de vista do jovem, tal como das diferentes pessoas que estão em contacto com ele, e auxiliar a uma formulação da problemática, objectivos do acompanhamento e um plano de acção (Wolpert et al., 2005).

## **2.2- Adolescência**

A adolescência, tal como hoje a conhecemos, constitui um conceito recente, cuja génese remonta ao início do séc. XX (Almeida & Miguel, 2010). Diferentes factores sociais, políticos e culturais, nomeadamente a extensão progressiva da escolaridade, conduziram para que se atribuísse um significado particular a esta faixa etária, com características e comportamento específicos (Almeida & Miguel, 2010).

Actualmente, é conceptualizada como a época entre a infância e a vida adulta (Bléandonu, 1999; Ferreira & Nelas, 2016). No entanto, não é consensual, entre especialistas e académicos, o tempo exacto em que se inicia e termina (Machado, 2015) pois ao contrário do que às vezes se afirma, não é o iniciar de um comportamento mais ou menos turbulento que definitivamente caracteriza a adolescência (Sampaio, 1994). Adicionalmente, a independência e a formação de valores que significam o fim da adolescência nem sempre são conseguidos de um modo contínuo, i.e., ocorrem ao longo de um processo que tem avanços e recuos, pautado por ocasiões decisivas (Sampaio, 1994). Uma das variáveis que contribuí para o delineamento do início da idade adulta é o ingresso numa profissão, contudo, tal tende a suceder mais tarde do que ocorria com as gerações anteriores, pois a complexidade das sociedades actuais exige períodos mais longos de educação para que o jovem possa assumir responsabilidades adultas (Papalia, Olds, & Feldman, 2006).

Assim, a falta de consenso mencionada anteriormente deve-se à diversificação dos momentos de maturação, que se alteram de individuo para individuo, devido a um vasto leque de variáveis, nomeadamente sexo, meios geográficos, condições sócio-económicas e culturais (Brooks-Gunn, Petersen, & Eichorn, 1985; Ferreira & Nelas, 2016). Atentando estes factores, Papalia et al. (2006), consideraram que a adolescência é o período que se inicia entre os 10 e os 13 anos, e termina pouco depois dos 20 anos. Ao longo da elaboração do presente trabalho, foi considerada a delineação cronológica defendida por Papalia et al. (2006), pois permite incorporar todas as variáveis, mencionadas anteriormente, que contribuem para o início e termino desta época.

Durante esta faixa etária, ocorrem diversos desenvolvimentos em termos cognitivos, emocionais, sociais, biológicos, físicos e sexuais (Banaco, 1998; Grotevant, 1998; Eisenstein, 2005; Pikunas, 1976a; Stang & Story, 2005). A interacção entre os diferentes contextos nos quais os adolescentes estão inseridos influenciam o modo como estas mudanças ocorrem (Grotevant, 1998), tendo ainda impacto na forma como os jovens se comportam, e como os outros se comportam perto dos adolescentes (Holmbeck,

O'Mahar, Abad, Colder, & Updegrave, 2006). Por exemplo, dependendo do contexto, o comportamento dos pais pode ser reactivo ao comportamento dos filhos, o que vai influenciar o modo como os jovens resolvem questões desenvolvimentistas como a autonomia e identidade (Fleming, 1993; Holmbeck et al., 2006). Especificamente, de acordo com as características intrínsecas do adolescente e o comportamento dos pais, o jovem poderá, num extremo, permanecer extremamente vinculado aos pais, sendo incapaz ou recusando dirigir o seu comportamento vincutivo a outros; no outro extremo, poderá romper com a vinculação direccionada aos cuidadores; ou, como ocorre normativamente, dar continuidade à vinculação com os pais, estabelecendo relações de vinculação com os pares (Fleming, 1997, citada por Ferreira & Nelas, 2016).

### **2.2.1-Adolescência de Acordo com as Perspectivas Desenvolvimentistas**

A idade do cliente está relacionada com a natureza biológica do organismo e com as tarefas psicológicas enfrentadas ao longo da vida, influenciando como as problemáticas são manifestadas (Lambert & Ogles, 2004b). Assim, é uma variável importante para determinar o foco e a natureza da intervenção (Lambert & Ogles, 2004b), sendo necessário analisar os sintomas, sob a perspectiva desenvolvimentista (Adler-Tapia, 2012). Através da avaliação e discriminação entre comportamentos verdadeiramente desviantes e pequenas crises de desenvolvimento (Sá, 2005), e da consideração das tarefas desenvolvimentistas esperadas para a faixa etária na qual o cliente se encontra, é possível diminuir o número de diagnósticos erróneos de patologia (Adler-Tapia, 2012). Diversos autores estudaram o desenvolvimento dos adolescentes, de modo a aprofundarem o conhecimento sobre as mudanças, aprendizagens, funcionamento cognitivo e emocional que ocorrem ao longo desta faixa etária.

De acordo com Piaget (1977), é durante este período que o jovem adquire o pensamento formal, ou hipotético-dedutivo. Este permite que o individuo reflecta e actue sobre as operações ou sobre os seus resultados, e construa reflexões e teorias (Piaget, 1967; 1977). Em paralelo com a elaboração das operações formais, a vida afectiva do adolescente afirma-se pela dupla conquista da personalidade, i.e., encarna um ideal, formula um programa de vida; e pela sua inserção na sociedade adulta, através de projectos de vida, planos de reformas políticas ou sociais (Piaget, 1977). Um exemplo desta reforma em termos sociais é o aumento da importância das amizades e tempo despendido com os amigos (Tomé, Camachoa, de Matosa, & Diniza, 2010).

Segundo a teoria de Kohlberg (1984), a adolescência corresponde ao nível convencional, no qual são patentes a defesa e conformidade com as regras, expectativas e convenções da sociedade. Este nível tem duas fases: relações e expectativas interpessoais mútuas e conformidade interpessoal, e sistema social e consciência (Kohlberg, 1984). A primeira fase foca-se na escolha de comportamentos que estão de acordo com o esperado pelas pessoas que são próximas (e.g., mostrar preocupação em relação aos outros, manter relações de confiança e respeito, Kohlberg, 1984). Tem uma importância acrescida pois os jovens estão frequentemente preparados para fazer o que for necessário, de modo a serem aceites socialmente (desejabilidade social, Kohlberg, 1984; Pikunas, 1976b). Assim, a sua imagem e os seus interesses são semelhantes aos dos seus pares, numa busca de popularidade (Allport, 1961). Contudo, apesar de quererem ser reconhecidos pelos pares (Erikson, 1965), alguns adolescentes retiram-se de actividades de grupo para evitarem ser expostos a observações desfavoráveis e intensificação dos sentimentos de rejeição e inferioridade (Pikunas, 1976a).

A segunda fase coloca ênfase no que está certo (e.g., cumprimento dos deveres que concordou realizar, seguimento das leis, contribuição para a sociedade, Kohlberg, 1984). Deste modo, no adolescente convencional, o *self* identifica-se com ou internaliza as regras e expectativas dos outros, especialmente das autoridades (Kohlberg, 1984).

De acordo com Erikson (1965), nesta faixa etária, a tarefa desenvolvimentista visada relaciona-se com *Identidade vs Difusão*. A identidade inclui a capacidade de integrar todas as identificações e vicissitudes da libido com as aptidões desenvolvidas a partir do talento e oportunidades oferecidas nos papéis sociais (Erikson, 1965). É o acumular da confiança que a igualdade e continuidade do seu significado para os outros (e.g. através de uma carreira, Erikson, 1965).

Os adolescentes são confrontados com uma revolução fisiológica, que tem como consequência a preocupação de como parecem ser aos olhos dos outros, comparativamente com o que sentem que são (Erikson, 1965). Também se regista a maturidade sexual (Ferreira & Nelas, 2016), que exige dos jovens a adaptação à sexualidade emergente (Stang & Story, 2005).

Caso o desenvolvimento da tarefa não seja realizado de modo normativo, poderá ocorrer difusão (Erikson, 1965). Esta traduz-se, por exemplo, através de episódios delinquentes ou psicóticos, que poderão estar relacionados com a incapacidade dos jovens de estabelecer uma identidade (Erikson, 1965). Desta forma, pode concluir-se que a chave do processo de desenvolvimento é o crescimento do sentido de *self*, a compreensão da

individualidade e, eventualmente, a formação de uma identidade coerente (Blaustein & Kinniburgh, 2010; Ferreira & Nelas, 2016; Lambert & Ogles, 2004b), associada a uma profissão ou objectivo de vida (Allport, 1961). A identidade engloba atributos abstractos, e integra múltiplos aspectos da experiência e possibilidades futuras (Blaustein & Kinniburgh, 2010). Normativamente, este é um processo activo, no qual o adolescente explora os seus gostos, objectivos, valores, e necessidades (Blaustein & Kinniburgh, 2010), e investe em novos interesses sociais, característicos da vida adulta (Coimbra de Matos, 2002).

É na adolescência que, pela interacção com o grupo de pares e sociedade em geral, o conceito de auto-estima se estabelece (Teixeira, 2005). Os jovens procuram o significado e implicações destas mudanças, e fazem tentativas para as controlar e integrá-las no seu autoconceito em expansão (Pikunas, 1976b). Por exemplo, no desenvolvimento físico que ocorre nesta faixa etária, destacam-se mudanças nas proporções corporais, tanto nos rapazes como nas raparigas (Holmbeck et al., 2006), o que exige um ajustamento à nova imagem corporal (Stang & Story, 2005). Consequentemente, a sua autoconsciência e preocupação com a aparência aumentam (Pikunas, 1976a; 1976b).

Assim, a adolescência é delimitada, não só através da idade cronológica como também pela consolidação do sentido de *self*, através da escolha de uma ocupação, a adopção de valores nos quais acreditar e segundo os quais viver, bem como o delineamento de objectivos para o futuro (Papalia et al., 2006; Blaustein & Kinniburgh, 2010). Destaca-se a importância da concretização das tarefas desenvolvimentistas mencionadas anteriormente, que se expressam no plano intelectual, na socialização, na afectividade e na sexualidade (Ferreira & Nelas, 2016). Contudo, é relevante notar que o processo de crescimento da identidade pessoal é contínuo, raramente terminando na adolescência (Blaustein & Kinniburgh, 2010).



### **2.3- Expectativas**

A investigação das expectativas teve génese nos estudos Rosenthal e Frank (1956), sobre o que intitularam de “efeito placebo”. De acordo com os autores, este efeito é provocado pelas crenças dos pacientes, sendo responsável por modificações psicológicas, independentes de qualquer intervenção. Estas crenças têm um poder tão elevado, que podem reverter o efeito de alguns fármacos (Rosenthal & Frank, 1956). Os autores compararam o efeito placebo à psicoterapia, na medida em que os terapeutas têm teorias da personalidade e planeiam as intervenções, sob a crença que estas são agentes activos que produzirão os resultados desejados. Assim, a eficácia de qualquer processo terapêutico tem como base a analogia a este efeito, na medida em que aumenta a convicção, do profissional e do cliente, de que algo útil está a ocorrer (Rosenthal & Frank, 1956).

Em 1971, Shapiro sublinhou a importância das noções pré-concebidas que os clientes pareciam trazer consigo para as sessões, baseadas nas suas experiências passadas ou no que aprenderam com terceiros. Estas “expectativas” poderiam aumentar ou diminuir a reacção ao efeito placebo de diferentes formas, e.g., através do condicionamento clássico de Pavlov (Shapiro, 1971).

Estas abordagens foram refutadas por Patterson (1985), que indicou o efeito placebo como uma substância inerte e que não existe na psicoterapia, pois todas as variáveis terapêuticas são psicológicas e activas, existindo efeitos directos e específicos no cliente. No entanto, o conceito de “expectativas” como uma característica do cliente que pode ter impacto no processo, ou resultados, terapêuticos, permaneceu até ao presente (Clarkin & Levy, 2004; Dew & Bickman, 2005; Strupp, 1983).

Actualmente, as expectativas sobre psicoterapia referem-se a crenças antecipatórias que os clientes têm relativamente ao acompanhamento (Nock & Kazdin, 2001). Podem envolver os procedimentos, resultados, terapeutas ou qualquer outra faceta da intervenção e do modo como esta é desenvolvida (Nock & Kazdin, 2001). O cliente pode ter diversas expectativas sobre ser ajudado ou sobre o que acontecerá durante o processo terapêutico (Garfield, 1978). Consequentemente, estas não só têm um papel significativo na participação no acompanhamento (e.g., assiduidade), como também no processo de mudança (Nock & Kazdin, 2001).

As expectativas constituem uma área relativamente fácil de moldar (Nock & Kazdin, 2001), por exemplo, compreendendo o que os clientes esperam do acompanhamento e informando-os de como será o processo, descrevendo os mecanismos

de acção subjacentes ao mesmo, de modo a promover confiança que este será benéfico e negociando um acordo, entre o cliente e o terapeuta, relativamente aos objectivos e tarefas do acompanhamento (Newman & Fisher, 2010). Para os clínicos, é mais simples recorrer a esta abordagem de modificação das expectativas que os seus clientes têm acerca do acompanhamento, do que modificar os sintomas existentes antes do início do processo (Philips & Wennberg, 2014; Safren, Heimberg, & Juster, 1997).

### **2.3.1 – Tipos de expectativas**

De acordo com Delsignore e Schnyder (2007), existem três tipos primários de expectativas: de papel, de resultado e de controlo. As expectativas de controlo estão relacionadas com o conceito do locus de controlo (Delsignore & Schnyder, 2007), e não serão consideradas ao longo do presente trabalho.

As expectativas de papel referem-se a padrões de comportamentos vistos como próprios ou esperados de uma pessoa que ocupa uma posição em particular, sendo que os clientes têm expectativas acerca do próprio papel, papel do terapeuta e do papel dos cuidadores (Delsignore & Schnyder, 2007; Dew & Bickman, 2005; Glass, Arnkoff, & Shapiro, 2001). Por sua vez, os cuidadores também têm expectativas acerca do seu papel e envolvimento no acompanhamento, nomeadamente se é esperado que tenham um papel activo ao longo do processo (Dew & Bickman, 2005).

As expectativas de resultado, também denominadas como expectativas de prognóstico, podem ser definidas como expectativas que a terapia levará a uma mudança (Arnkoff et al., 2002 cit. por Dew & Bickman, 2005) i.e., reflectem as crenças dos clientes acerca das consequências do envolvimento no acompanhamento terapêutico (Constantino, Arnkoff, Glass, Ametrano, & Smith, 2011). São tipicamente avaliadas através de um *continuum* de potenciais benefícios, e são influenciadas pelo contexto, incluindo as experiências de cada um, e.g., um cliente do sexo masculino pode ter tido uma experiência de acompanhamento positiva com uma terapeuta, no passado, que o levou a querer recomeçar a terapia com a mesma pessoa ou escolher um novo terapeuta com semelhanças ao anterior (sexo, idade, orientação teórica, Constantino et al., 2011; Greenberg, Constantino, & Bruce, 2006).

O resultado psicoterapêutico foca-se na avaliação positiva ou negativa de mudanças na vida e personalidade do cliente (Orlinsky & Howard, 1978). Assim, as expectativas de resultado podem ser positivas (e.g., “Espero fazer conseguir fazer o trabalho e sentir-me melhor”); negativas (e.g., “Não consigo imaginar-me a sentir-me

melhor, mesmo após a terapia”), ou ambivalentes (e.g., “Sinto-me tentado(a) a experimentar, mas não tenho a certeza que vá funcionar... Há muito tempo que estou deprimido(a)”, Constantino et al., 2011). Também podem ser adequadas ou inadequadas, e.g., o cliente pode esperar contar os seus problemas ao terapeuta e que o terapeuta lhe dê a solução para os mesmos (Dew & Bickman, 2005).

De acordo com Constantino et al. (2011), ao estudar as expectativas, é necessário considerar também as esperanças dos indivíduos. Por exemplo, os clientes podem ter um grande desejo de sentir alívio emocional (e.g., “espero sentir-me como eu de novo”), e mesmo assim ter o que se nomeia de expectativa ou previsão baseada na realidade (e.g. “espero que o acompanhamento terapêutico não me possa ajudar completamente, e que nunca me sentirei verdadeiramente como era”, Constantino et al., 2011). Dew e Bickman (2005) consideraram, igualmente, que as expectativas de duração da terapia se encaixam nas expectativas de resultado. Deste modo, os clientes podem esperar que o processo terapêutico tenha a duração de um ano, ou que não os ajude imediatamente (Dew & Bickman, 2005).

Adicionalmente, poderão existir outros tipos de expectativas, dependendo do conhecimento dos clientes acerca do processo terapêutico, e.g., a expectativa de que estar em terapia (independentemente da abordagem do terapeuta) irá auxiliar a mudança e a diminuir o problema central (Dew & Bickman, 2005; Newman & Fisher, 2010).

### **2.3.2 – Importância das expectativas**

As expectativas dos clientes acerca da eficácia e natureza da psicoterapia são consideradas factores importantes comuns ao acompanhamento (Constantino, Ametrano, & Greenberg, 2012) e fortes preditores dos resultados do processo terapêutico (Joyce et al., 2000). As características psicológicas pré-acompanhamento revelam ser uma área importante pois não só representam algo que o cliente traz consigo na primeira sessão, como também podem influenciar o resultado do processo (Dew & Bickman, 2005). Assim, a compreensão destas características fornece aos terapeutas informação valiosa acerca dos seus clientes, tal como pode fornecer maior *insight* para ajudar os clientes que já se encontram em acompanhamento (Dew & Bickman, 2005).

Se as expectativas são completamente incongruentes com o que ocorre, e.g., se não forem correspondidas, é concebível que o cliente possa ficar insatisfeito e mais inclinado para se abandonar o processo (Garfield, 1978; Olán, 2007; Aubuchon-Endsley & Callahan, 2007). O término antecipado ou desgaste de psicoterapia é uma questão que

tem importantes implicações clínicas (Lambert & Ogles, 2004b). Se for possível prever a desistência, poder-se-á modificar o curso do acompanhamento, de modo a motivar o cliente para se concentrar no trabalho que visa a mudança, assegurando a continuidade no processo (Lambert & Ogles, 2004b).

A discrepância entre expectativas e a eficácia da psicoterapia também é importante, e pode ter um papel na descontinuação do acompanhamento (Nock & Kazdin, 2001; Swift & Callahan, 2008). Se o cliente experienciar progressos relativamente cedo no processo terapêutico, pode assumir que está no caminho certo para a recuperação e considerar que deixou de necessitar de acompanhamento pois a melhoria está de acordo com as suas expectativas (Swift & Callahan, 2008).

Assim, o conhecimento das expectativas da terapia pode ter como vantagens: auxiliar o clínico a saber qual a melhor forma de fazer com que os clientes se sintam mais confortáveis em terapia, e minimizar o desgaste dos clientes de modo a que a eficácia terapêutica possa aumentar (Stewart, Steele, & Roberts, 2014). Pode ainda auxiliar os psicólogos a criarem melhores alianças terapêuticas com os clientes e fomentar mudanças terapêuticas (Stewart et al., 2014). Deste modo, é importante monitorizar estas percepções, à medida que a terapia progride (Sá, 2005). Uma avaliação de auto-relato acerca das expectativas das crianças e adolescentes pode, então, conter valor para a intervenção (Braswell & Kendall, 1988).

### **2.3.3 - Expectativas dos jovens relativamente ao acompanhamento psicológico**

Seja para ir ao encontro das expectativas dos clientes ou para as modificar, é imperativo que as mesmas sejam conhecidas pelo terapeuta. Tal como acontece em outras áreas de pesquisa do processos e resultados terapêuticos, a investigação sobre os efeitos das expectativas focou-se quase exclusivamente na terapia para adultos (Nock & Kazdin, 2001). As primeiras investigações sobre este tema iniciaram-se com Frank em 1959, no entanto, o estudo destes constructos com crianças e adolescentes apenas foi impulsionado a partir do fim da década de 1970 (Dew & Bickman, 2005). Ao longo deste capítulo serão mencionados alguns estudos com adultos, com o propósito de relacionar as conclusões existentes para essa faixa etária com os dados relativos aos jovens, ou para estabelecer a escassa informação sobre uma determinada variável, na investigação com crianças e adolescentes. Também serão apresentados alguns estudos que incluem participantes considerados adultos devido a divergências nas definições de adolescência. No entanto,

alguns destes participantes estão inseridos na faixa etária dos participantes neste estudo, e.g., jovens nos primeiros anos do ensino superior, entre os 18 e os 21 anos.

O facto de, muitas vezes, os jovens serem obrigados a frequentar a terapia contra a sua vontade, vai influenciar as expectativas com as quais se dirigem às sessões (Batista, 2010). Por sua vez, estas influenciam a forma como se vão comportar durante as mesmas (Batista, 2010), o nível de compromisso relativamente ao processo (Watsford & Rickwood, 2013), e a adesão ao acompanhamento (Delsignore & Schnyder, 2007). Como foi referido anteriormente, estes factores evocam a necessidade de desenvolver algum tipo de motivação no cliente (Sá, 2005).

Para este efeito, o terapeuta deve estar preparado para modificar a sua abordagem, dentro dos limites possíveis, de modo a ir ao encontro das expectativas do cliente (Frank, 1959). No entanto, nem sempre é possível responder às expectativas dos clientes. Por exemplo, de acordo com Frank (1959), clientes de classes socioeconómicas mais baixas têm dificuldades em conceber um profissional de saúde, a quem chamam de doutor, que não pode receitar medicamentos. Estes clientes podem desistir da terapia pois não consideram que o terapeuta está a ajudá-los (Frank, Gliedman, Imber, Nash, & Stone, 1957, citados por Frank, 1959). Se, de acordo com a abordagem deste autor, o terapeuta deveria modificar a sua abordagem para ir de encontro às expectativas do cliente, então, neste caso, haveria uma dificuldade acrescida, considerando que o terapeuta não pode, de forma alguma, receitar medicamentos. Face a estas questões impossíveis de contornar, Reis e Brown (2006) salientam a importância da preparação para o acompanhamento.

Estes autores realizaram um estudo com adultos, em início de acompanhamento psicológico. Dividiram os participantes em dois grupos, sendo que num grupo, os clientes visualizaram vídeos que continham ideias sobre o que é a psicoterapia, e como se pode beneficiar deste processo (e.g., sendo honesto, expressando o que se está a sentir), tal como sobre comportamentos desejáveis na terapia, e.g., expressar melhor os seus problemas, necessidades e expectativas aos terapeutas (e.g., ser mais directivo) (Reis & Brown, 2006). Os participantes do outro grupo iniciaram o acompanhamento sem que lhes fosse esclarecido, previamente, estas questões acerca da psicoterapia (Reis & Brown, 2006). Os autores concluíram que o número de desistências era significativamente mais baixo nos clientes que estavam preparados do que naqueles que não estavam preparados. Também Newman e Fisher (2010) enfatizam a preparação e esclarecimento de como será o acompanhamento, como importantes para o processo.

Glass et al. (2001) referem ainda que existem situações nas quais o terapeuta pode

não conseguir persuadir o cliente relativamente a novas expectativas, através do fornecimento de informação ou discussão da mesma. No entanto, expectativas irrealistas parecem ser comuns e muitos clientes ficam na terapia, o que sugere a possibilidade de realizar negociações subtis com os clientes, de modo a que persistam e usufruam do processo (Glass et al., 2001). Assim, os autores propõem um trabalho colaborativo entre cliente e terapeuta, no sentido de realizarem negociações que abram caminho para novas expectativas por parte dos clientes de modo a ficarem na terapia e usufruírem dos seus benefícios, e.g., clarificando os objectivos do cliente e realizando um *brainstorm* de formas em como pode abordar a questão.

Estas expectativas a mudar ou clarificar podem, como mencionado anteriormente, referir-se a diferentes aspectos do acompanhamento. De modo a compreender se nesses aspectos se incluía a abordagem teórica do terapeuta, Seligman, Wuyek, Geers, Hovey, e Motley (2009), conduziram uma investigação com uma amostra de estudantes universitários, em acompanhamento por questões não clínicas, e.g., procrastinação. Os autores concluíram que as expectativas relativamente à terapia são consistentes ou com psicoterapias ateóricas i.e., não estão relacionadas com uma técnica ou abordagem específica, (e.g., os jovens esperavam que o terapeuta desse conselhos, que ajudasse o cliente a falar sobre o que o incomoda, que fosse optimista) ou com terapias psicodinâmicas (e.g., que o terapeuta se sente atrás do cliente, que ele faça perguntas acerca da sua infância). Poucas pessoas reportaram expectativas específicas à teoria cognitiva-comportamental como ter de completar tarefas fora da sessão (Seligman et al., 2009). Os autores referem ainda que, actualmente, estas conclusões são importantes pois culturalmente a terapia que é representada ou é não-directiva, i.e., não está rigidamente associada a uma abordagem, ou é psicodinâmica.

Esta questão também foi apontada noutros estudos, não face à terapia, mas face ao terapeuta. Num estudo com alunos do 5º ao 12º ano, que tinha como objectivo compreender quais as expectativas e percepções dos adolescentes acerca dos serviços psicoterapêuticos que lhes são disponibilizados, Stewart et al. (2014) concluíram que os jovens demonstraram esperar que o terapeuta correspondesse a uma imagem semelhante à de Freud (e.g., sexo masculino, caucasiano, de meia-idade).

Num estudo de Miguel (2011), com adolescentes entre os 12 e 13 anos, que nunca receberam acompanhamento psicológico, os jovens indicaram os *media*, nomeadamente a televisão, como a sua principal fonte de informação sobre o acompanhamento psicológico. Igualmente, numa investigação de D'Aniello e Tambling (2017), com adultos

a receberem terapia individual, de casal ou familiar, os participantes indicaram que esperavam que os psicólogos fossem jovens ou parecidos com os terapeutas representados nos *media*. Se for realizada a comparação entre estes dois estudos e o de Stewart et al., (2014), pode-se verificar a importância dos meios de comunicação social na difusão do que é a psicoterapia, em que consiste o acompanhamento e processo terapêuticos, junto da população geral que pode não ter contacto com a realidade do acompanhamento terapêutico (D'Aniello & Tambling, 2017).

Uma outra questão que surge ao abordar os temas psicoterapia e expectativas, e que foi mencionada de forma mais superficial nos estudos acima referidos relaciona-se com o papel. Ao longo da terapia, os clientes esperam que certos papéis sejam cumpridos por si, outros por o terapeuta (Dew & Bickman, 2005).

De acordo com Miguel (2011), apesar de os jovens consideram que a família e os amigos constituem as melhores pessoas a quem pedir ajuda, demonstrando alguma vergonha e receio em expor os seus problemas e dificuldades a alguém que consideram um desconhecido, os adolescentes tendem a considerar que o psicólogo os ajudará na resolução dos seus problemas, e representa um profissional no qual podem confiar sem terem medo de serem julgados. Num estudo com jovens dos 11 e os 13 anos, Batista (2010) avaliou as possíveis diferenças entre os pensamentos existentes antes e depois do início do processo terapêutico. A autora concluiu que a confiança no terapeuta estava relacionada com a importância da confidencialidade. Também Surf e Lynch (1999), num estudo qualitativo com jovens entre os 15 e os 23 anos, verificaram a importância da confidencialidade para os participantes.

No entanto, esta não é a única variável relativa ao terapeuta valorizada pelos jovens. Ainda no estudo de Miguel (2011), a autora concluiu que os participantes consideraram competência, paciência e compreensão, como sendo características importantes no psicólogo.

De acordo com um estudo de Tinsley e Harris (1976), no qual participaram jovens com idades entre os 18 e os 22 anos, que nunca tinham tido acompanhamento psicológico, as raparigas demonstraram esperar que o terapeuta seja aceite e que não julgue, enquanto os rapazes anteciparam um terapeuta mais crítico, directivo e analítico. No geral, os jovens demonstraram preferência em serem atendidos por um terapeuta com experiência, ao invés de um estagiário (Tinsley & Harris, 1976).

Estas expectativas também parecem diferenciar-se consoante a idade. Por exemplo, num estudo que se focou atitudes de procura de ajuda dos adolescentes

Dollinger e Thelen (1978) concluíram que adolescentes mais velhos também destacaram características pessoais passivas, e.g., compreensão, como mais importantes para o psicólogo, enquanto que pré-adolescentes e adolescentes mais novos parecem valorizar aspectos mais activos, e.g., oferecer sugestões, intervir em desavenças. Assim, considerando os diversos estudos acima mencionados, os jovens parecem esperar que o terapeuta seja um profissional com experiência, no qual possam confiar para ajudar a resolver os seus problemas. Também esperam que o psicólogo lhes proporcione um ambiente terapêutico no qual se sintam aceites, na medida em que não são realizados juízos de valor, e compreendidos.

Relativamente às expectativas do próprio papel, num estudo com adultos sobre as expectativas de processo e resultado, a aliança e o positivismo nas sessões, McClintock, Anderson, e Petrarca (2015) concluíram que se os clientes esperam estar envolvidos na terapia, dedicar-se-ão esse envolvimento no processo e à colaboração na relação terapêutica. Estas conclusões acerca dos benefícios de envolver o cliente na terapia também foram notadas por Watsford e Rickwood (2013). Através de um estudo longitudinal que tem como objectivo compreender os efeitos da (des)confirmação de expectativas em diversas variáveis, entre elas, o processo terapêutico, em jovens entre os 12 e os 25 anos, estes autores concluíram que é importante para os jovens sentirem um forte sentido de compromisso e disponibilidade para serem participantes activos ao longo de toda a experiência terapêutica, pois é o que ajuda a mantê-los envolvidos no acompanhamento.

O trabalho das expectativas, o envolvimento do cliente nas decisões de como a terapia deve ser conduzida (Glass et al., 2001; Philips & Wennberg, 2014), são importantes, especialmente se realizados desde o início do processo terapêutico (Joyce et al., 2000; Lewin, Peris, Bergman, McCracken, & Piacentini, 2011). Tal é notório no estudo de Lewin et al. (2011), no qual os autores avaliaram as expectativas de jovens com idades compreendidas entre os 8 e os 18 anos, com Perturbação Obsessivo-Compulsiva, dos seus pais e dos terapeutas. Os autores verificaram que quando os jovens e terapeutas concordavam acerca das expectativas de resultado, concentrando-se na diminuição dos sintomas da perturbação, após o acompanhamento, existia uma elevada probabilidade de os jovens reduzirem em, pelo menos, 30% os sintomas, responderem à terapia, e completar o acompanhamento.

No entanto, nem sempre um nível elevado de expectativas de resultado se traduz na diminuição dos sintomas. No estudo de Watsford e Rickwood (2013), os autores



também concluíram que, apesar de a maioria dos jovens ter exibido um nível de expectativas elevado, havendo um forte efeito de compromisso pessoal no acompanhamento, tal não se traduziu nos resultados terapêuticos. Não é apenas necessário que as expectativas sejam elevadas, sendo também necessário que sejam confirmadas (Watsford & Rickwood, 2013).

Nesta investigação, os autores compararam os níveis de distresse dos jovens com o nível das suas expectativas e concluíram que, se as expectativas positivas acerca do resultado, não foram confirmadas, i.e., se os jovens esperarem que o resultado seja um, mas é outro, e se forem confirmadas expectativas negativas, os resultados terapêuticos no que concerne a diminuição do distresse são inferiores aos desejados (Watsford & Rickwood, 2013).

Num outro estudo, os mesmos autores avaliaram as expectativas, preferências e experiências de acompanhamento dos jovens entre os 12 e os 25 anos, e concluíram que os rapazes entre os 12 e os 18 anos tiveram níveis inferiores de expectativas acerca dos resultados e da experiência, enquanto os rapazes entre os 19-25 anos tinham preferências significativamente mais elevadas para os resultados (Watsford & Rickwood, 2015). Os jovens nesta faixa etária também declararam ter maiores níveis de compromisso relativamente ao acompanhamento (Watsford & Rickwood, 2015). Estes resultados relacionam-se com os de Dew-Reeves e Athay (2012). Ao utilizar a Escala de Expectativas de Resultado do Acompanhamento Psicológico, num estudo com adolescentes entre os 11 e os 18 anos, os autores verificaram que existem maiores expectativas de resultado, por parte das raparigas, comparativamente com os rapazes.

Também encontraram uma relação significativa entre as expectativas de resultado dos jovens e a severidade dos sintomas internalizantes, i.e., os jovens que iniciaram a terapia com maiores expectativas de resultado, também tinham um nível de sintomatologia internalizante elevado (Dew-Reeves & Athay 2012). Jovens com maiores expectativas de resultado também diminuíram a severidade dos sintomas internalizantes com maior rapidez, quando comparados com os jovens com expectativas mais baixas (Dew-Reeves & Athay 2012).

Igualmente, nos estudos de Curry et al. (2006) e Lewin et al. (2011), nos quais os autores analisaram as expectativas de resultado de jovens com depressão *major* e sintomatologia depressiva, respectivamente, foi possível verificar que os participantes com níveis mais elevados de expectativas para melhorar através do acompanhamento, beneficiaram mais do que os adolescentes com expectativas baixas. Os jovens que não

esperam que o acompanhamento funcione, têm menores níveis de envolvimento no processo (e.g., não realizam os trabalhos de casa, no caso da terapia cognitiva-comportamental) o que se traduz em piores resultados clínicos (Lewin et al., 2011).

Do mesmo modo, num estudo com jovens que frequentam a universidade, Robitschek e Hershberger (2005) compreenderam que é possível que as expectativas que as pessoas têm acerca do acompanhamento estejam directamente relacionadas com o que querem do acompanhamento. Tal parece verificar-se quando as melhorias envolvem a diminuição dos distresse e desconforto, ou da severidade dos sintomas (Dew & Bickman, 2005). Assim, clientes com elevadas expectativas de resultado beneficiam mais da psicoterapia do que clientes que não consideram que a terapia os ajudará (Delsignore & Schnyder, 2007). Considerando estes dados, Dew-Reeves e Athay (2012) sugerem que se abordem as expectativas de resultado no início do acompanhamento, de forma a aumentar a possibilidade de resultados positivos, particularmente se os jovens apresentarem predominância de sintomatologia internalizante.

Para além da confirmação das expectativas, Watsford e Rickwood (2015) também compreenderam que a experiência negativa do acompanhamento tem maior impacto do que a expectativa negativa. Ter expectativas elevadas, mas uma experiência não-satisfatória traduz-se em baixos valores de adesão ao processo (Watsford & Rickwood, 2015).

No seu estudo, Batista (2010) concluiu que os participantes tinham uma opinião mais negativa sobre o processo terapêutico antes de o iniciarem, sendo que esta opinião se modificou ao longo do processo. Assim, após o acompanhamento, foram registadas opiniões mais positivas e favoráveis relativamente ao mesmo (Batista, 2010).

Stewart et al. (2014) concluíram que os jovens que já tiveram terapia, ou têm menos expectativas negativas, ou tiveram experiências que subsequentemente alteraram as suas expectativas negativas iniciais numa direcção positiva. Os autores concluíram ainda que os rapazes demonstram ter mais expectativas negativas relativamente à terapia (e.g., que o terapeuta os manipule), sendo que as raparigas mostram mais comportamentos positivos na procura de ajuda (e.g., sentir-se confortável ao falar com o terapeuta). Apesar dos rapazes terem expectativas mais negativas relativamente à terapia, têm expectativas mais positivas relativamente à relação terapêutica (Stewart et al., 2014).

Estes resultados vão ao encontro das conclusões descritas por Dollinger e Thelen (1978), mencionadas anteriormente, e Garland e Zigler (1994). Num estudo com o objectivo de compreender as percepções que as crianças e adolescentes têm acerca do

psicólogo, estes últimos autores concluíram que as raparigas demonstraram mais atitudes positivas relativamente à possibilidade de consultarem um psicólogo. Os rapazes demonstraram atitudes mais neutras ou negativas face à mesma hipótese (Garland & Zigler, 1994). Tal pode dever-se ao facto das raparigas demonstrarem maior propensão para procurar ajuda, expressar os seus sentimentos e serem encorajadas pela sociedade para resolverem os seus problemas (Dew-Reeves & Athay 2012; Moore-Thomas & Lent, 2007; Stewart et al., 2014). Para além destas questões, Garland e Zigler (1994) sugeriram que os adolescentes, principalmente os rapazes, podem percepcionar a procura de ajuda como uma ameaça ao desenvolvimento da sua autonomia, em maior escala do que os jovens mais novos, dos quais se espera que sejam mais dependentes dos outros.

No seguimento destas conclusões, Stewart et al. (2014) hipotetizam que, como parece existir menos probabilidade de os rapazes procurarem ou receberem apoio social de fontes informais para resolverem os seus problemas, estes podem depositar mais importância na confidencialidade da relação terapêutica. Esta hipótese foi apoiada pelos resultados do estudo dos autores, havendo mais expectativas optimistas para uma relação terapêutica positiva, por parte dos rapazes, como mencionado anteriormente.

Ainda no estudo de Stewart et al. (2014), a idade mostrou-se um preditor de expectativas negativas, com adolescentes mais velhos a reportarem menos expectativas negativas do que os mais novos. Estes resultados são contrários aos encontrados por Garland e Zigler (1994), nos quais os jovens mais novos, com um historial de socialização mais curto do que os adolescentes mais velhos, mostraram mais atitudes positivas face à procura de ajuda. A idade pode ainda reflectir dificuldades desenvolvimentistas entre dependência e autonomia (Garland & Zigler, 1994).

Também Watsford & Rickwood (2015) indicam que os rapazes entre os 12 e os 18 anos relataram expectativas significativamente mais elevadas relativamente ao processo. De acordo com os autores, as preferências positivas dos jovens indicam que sentem-se esperançosos ao iniciar o processo de procura de ajuda, e mostram quererem beneficiar com a terapia.

A maioria dos estudos citados focaram-se na investigação das expectativas de modo a verificarem possíveis relações ou influências relativamente a outras variáveis específicas, e.g., associarem as expectativas de resultado a depressão *major*. A presente investigação pretende realizar uma recolha de expectativas de processo e resultado terapêuticos, que se refiram a um leque mais amplo de variáveis. Com efeito, também foi utilizada uma amostra clínica.

Devido à capacidade de modificação das expectativas, referido ao longo deste trabalho, foram realizados três momentos de avaliação, em diferentes momentos do processo, com o objectivo de compreender a evolução destas expectativas ao longo do acompanhamento. Ainda considerando a maleabilidade das expectativas, a primeira recolha de dados foi realizada no início da primeira sessão. Deste modo, as primeiras expectativas referidas pelos jovens relacionavam-se com as crenças antecipatórias que traziam para a sessão, e não com algo que o terapeuta possa ter dito ou realizado.

As especificidades deste estudo encontram-se detalhadas no capítulo 3.

### **3. Metodologia**

#### **3.1 Objectivos**

A presente investigação tem como objectivo apurar quais as expectativas dos jovens relativamente ao processo e resultados terapêuticos. Adicionalmente, pretende-se analisar a evolução das expectativas dos jovens acerca do acompanhamento psicológico.

#### **3.2. Questões de Investigação**

De modo a atingir os objectivos acima propostos, foram realizadas 20 questões de investigação:

Quais as expectativas dos adolescentes relativamente ao processo terapêutico, antes de iniciarem o acompanhamento psicológico?

Quais as expectativas dos adolescentes relativamente aos resultados terapêuticos, antes de iniciarem o acompanhamento psicológico?

Quais as expectativas dos adolescentes relativamente ao processo terapêutico, no início do acompanhamento psicológico, considerando a variável sexo?

Quais as expectativas dos adolescentes relativamente aos resultados terapêuticos, no início do acompanhamento psicológico, considerando a variável sexo?

Quais as expectativas iniciais dos adolescentes, relativamente ao processo terapêutico, em caso de desistência do acompanhamento psicológico?

Quais as expectativas iniciais dos adolescentes, relativamente aos resultados terapêuticos, em caso de desistência do acompanhamento psicológico?

Será que existem diferenças nas expectativas iniciais em relação ao processo terapêutico, entre os adolescentes que já foram acompanhados previamente, e os adolescentes que estão a ser acompanhados pela primeira vez?

Será que existem diferenças nas expectativas iniciais em relação aos resultados do processo, entre os adolescentes que já foram acompanhados previamente, e os adolescentes que estão a ser acompanhados pela primeira vez?

Será que a idade dos adolescentes se relaciona com as suas expectativas iniciais, relativamente ao processo terapêutico?

Será que a idade dos adolescentes se relaciona com as suas expectativas iniciais, relativamente aos resultados terapêuticos?

Quais as expectativas iniciais relativamente ao processo terapêutico, considerando a variável acompanhamento por iniciativa própria?

Quais as expectativas iniciais relativamente aos resultados terapêuticos, considerando a variável acompanhamento por iniciativa própria?

Quais as expectativas iniciais dos adolescentes relativamente ao processo terapêutico, considerando a variável acompanhamento por iniciativa de terceiros?

Quais as expectativas iniciais relativamente aos resultados terapêuticos, considerando a variável acompanhamento por iniciativa de terceiros?

Será que a problemática a trabalhar nas sessões se relaciona com as expectativas dos adolescentes relativamente ao processo terapêutico?

Será que a problemática a trabalhar nas sessões se relaciona com as expectativas dos adolescentes relativamente aos resultados terapêuticos?

Quais as expectativas relativamente ao processo terapêutico, considerando a orientação teórica do psicólogo?

Quais as expectativas dos adolescentes relativamente aos resultados terapêuticos, considerando a orientação teórica do psicólogo?

Será que existem diferenças nas expectativas dos adolescentes relativamente ao processo terapêutico, em diferentes momentos do acompanhamento psicológico (antes de iniciarem o processo, a meio do processo e no fim do mesmo)?

Será que existem diferenças nas expectativas dos adolescentes relativamente aos resultados do processo terapêutico, em diferentes momentos do acompanhamento psicológico (antes de iniciarem o processo, a meio do processo e no fim do mesmo)?

Pretende-se responder às questões realizadas através da análise dos instrumentos de medida aplicados.

### **3.3 Tipo de investigação**

Considerando os objectivos e questões de investigação propostos, optou-se por uma investigação de carácter misto, quantitativa e qualitativa. Em investigações quantitativas, recolhem-se dados numéricos acerca de uma amostra da população (Steckler, McLeroy, Goodman, Bird, & McCormick, 1992). Posteriormente, torna-se necessário caracterizar a amostra (Marôco, 2014). De entre as diversas formas de caracterizar a amostra, tomam importância as medidas de tendência central (que procuram caracterizar o valor da variável sob estudo que ocorre com mais frequência, Marôco, 2014).

A metodologia qualitativa é utilizada quando se procura descrever os fenómenos desejados (Sandelowski, 2000). Uma das características deste tipo de investigação é a possibilidade de permitir a construção do conhecimento e, conseqüentemente a compreensão da experiência humana tal e qual como ela é vivida, de forma subjectiva (Dias, 2009, citado por Batista, 2010).

De acordo com Briceño-León (2003), esta metodologia assume uma importância que se destaca pelo facto de a quantidade, por si, não representar algo significativo se não for associada a uma determinada qualidade. Assim, é relevante que os métodos quantitativos e qualitativos se combinem, de diferentes formas, na mesma investigação (Duarte, 2009). O carácter misto permite, então, uma abordagem mais compreensiva da questão de investigação (Morse, 1991).

### **3.4. Caracterização da amostra**

A amostra é não probabilística, de conveniência. É composta por 11 adolescentes com idades compreendidas entre os 12 e os 21 anos. Os participantes pertenciam a diferentes instituições que oferecem acompanhamento clínico, na área metropolitana de Lisboa. Encontravam-se no início do processo de acompanhamento psicológico, aquando a primeira recolha dos dados, embora apenas três estivessem a ser acompanhados pela primeira vez.

Um dos adolescentes foi reencaminhado para outro serviço, não sendo possível continuar a participação no estudo, e oito desistiram do acompanhamento (um deles, após a 5ª sessão). Deste modo, apenas dois jovens completaram o processo, preenchendo os questionários nos três momentos propostos. As respostas dos jovens que preencheram a escala e o índice mais do que uma vez foram analisados de modo a conhecer a evolução das suas expectativas ao longo do processo.

Será apresentada uma descrição mais completa da amostra no Capítulo 4. Resultados.

### **3.5 Medidas**

No presente estudo foram utilizados dois instrumentos, a Escala de Expectativas de Resultado do Acompanhamento Psicológico (Bickman, Athay, Riemer, Lambert, Kelley, Breda, Tempesti, Dew-Reeves, Brannan, & Vides de Andrade, 2010) e o Índice de Expectativas em relação ao Processo de Acompanhamento Psicológico (Bickman et

al., 2010). Ambas fazem parte da Bateria Progressiva de Tratamento Peabody (Bickman et al., 2010).

No âmbito desta investigação, procedeu-se à tradução e retroversão dos instrumentos, realizadas por um profissional creditado para o efeito. Para testar a sua adequabilidade, foram aplicadas a um pequeno grupo de cinco jovens (três rapazes e duas raparigas), com idades compreendidas entre os 12 e os 15 anos, que não tinham historial de acompanhamento psicológico, nem se encontravam em lista de espera para usufruírem deste tipo de serviço. A partir deste primeiro teste, constituiu-se a versão final de ambos os instrumentos, que difere da original em dois pontos. Os jovens demonstraram algumas dificuldades em considerar um cuidador, questionando o que significava ou deixando a questão em branco. Assim, optou-se por especificar um tipo de cuidadores, os pais.

Também não se procedeu à sugestão de que os adolescentes que não se encontravam na escola imaginassem que estavam, antes de responderem ao item 7 da escala de expectativas de resultado “espero que o acompanhamento psicológico me ajude a melhorar o comportamento na escola”. Esta decisão teve como base o facto de os autores não disponibilizarem uma forma de diferenciar as respostas dadas por estudantes e não-estudantes. Assim, não seria possível compreender o número de jovens que realmente esperava que a terapia ajudasse a melhorar o seu comportamento na escola.

Segue-se a descrição das características destes instrumentos.

### **3.5.1 Escala de Expectativas de Resultado do Acompanhamento Psicológico**

Esta escala tem duas versões: uma para adolescentes e outra para cuidadores. No presente estudo, só foi considerada a versão para adolescentes (Anexo A, p.127). Este instrumento avalia as expectativas acerca do resultado do acompanhamento, através de oito itens (Bickman et al., 2010). Cada item é avaliado numa escala de Likert de três pontos que varia entre um (não espero) e três (espero) (Bickman et al., 2010). Os adolescentes respondem a cada item com base nas suas expectativas relativamente ao que acontecerá, como resultado do seu acompanhamento psicológico (Bickman et al., 2010). Na versão original, esta escala apresenta uma elevada consistência interna ( $\alpha=0.91$ ), e um erro padrão de 0.17, com um intervalo de confiança de 95% (Bickman et al., 2010). Os autores recorreram a uma análise factorial confirmatória, cujos resultados apoiaram a estrutura de um factor, projectada para esta escala, indicando a sua unidimensionalidade (Bickman et al., 2010).



A cotação deste instrumento é realizada através da consulta de uma tabela disponibilizada pelos autores (Anexo B, tabela 1, p.128). Os resultados variam entre 3.0 (presença de expectativas) e 1.0 (ausência de expectativas) (Bickman et al., 2010). Através das respostas fornecidas pelos participantes, é calculado um número que corresponde às suas expectativas, sendo que este número indica o nível das expectativas, i.e., se são baixas, moderadas ou elevadas (Anexo B, tabela 2, p.128).

### **3.5.2 Índice de Expectativas em relação ao Processo de Acompanhamento Psicológico**

Tal como a escala anterior, tem duas versões: para adolescentes e para cuidadores.

No presente estudo, apenas será considerada a versão para adolescentes (Anexo C, p. 129). Este índice avalia as expectativas que os adolescentes têm acerca de sentimentos e comportamentos resultantes do acompanhamento e comportamentos do psicólogo (Bickman et al., 2010). Consiste de nove itens avaliados numa escala de Likert com três pontos, que varia de 1 (não espero) a 3 (espero) (Bickman et al, 2010).

A análise dos dados obtidos através deste instrumento é realizada através da consulta de uma tabela fornecida pelos autores (Anexo D, tabela 3, p.130). Não são conhecidos os dados psicométricos deste instrumento.

## **3.6 Procedimento**

### **3.6.1 Recolha de Dados**

Primeiramente, os autores da versão original dos instrumentos de medida foram contactados, através de e-mail, para a obtenção da autorização para a tradução, adaptação e uso da escala e do índice (Anexo E, p. 131). Após o consentimento dos autores (Anexo F, p. 132), foram contactadas 15 instituições, através de e-mail (ver anexo G, p. 133) ou contacto telefónico, das quais quatro acederam à colaboração no estudo.

Previamente à primeira consulta, os psicoterapeutas que demonstraram disponibilidade, contactaram os encarregados de educação, de modo a obterem a autorização para que os educandos participassem no estudo (Anexo H, p. 134). Foi assegurado o anonimato e a confidencialidade dos dados. Também foi garantido a independência do estudo relativamente ao processo terapêutico. Assim, a aceitação ou recusa em participar no projecto não influenciaria o acompanhamento psicológico, sendo que os jovens poderiam desistir se assim o desejassem.

Caso a autorização fosse obtida, era entregue um envelope com as instruções (Anexo I, p. 135), dados demográficos, a escala e o índice, para o participante preencher, antes de iniciar a sessão. Na ficha dos dados demográficos, tanto a preenchida pelo participante (Anexo J, p. 136) como a preenchida pelo terapeuta (Anexo K, p.137), encontrava-se um espaço destinado a um código (data de nascimento do jovens e iniciais do psicólogo), de modo a preservar a confidencialidade dos dados.

Depois de preencher a escala e o índice, tarefa com duração média de 10 a 15 minutos, os adolescentes colocavam as folhas no envelope e fechavam-no. No fim da sessão, o psicólogo preenchia a ficha referente aos seus dados demográficos e à problemática do cliente. O terapeuta também indicava se o pedido de acompanhamento era efectuado pelo adolescente ou por terceiros. Posteriormente, colocava-a num envelope à parte, e fechava-o. O mesmo procedimento foi realizado na 5ª sessão (momento de avaliação a meio do processo), e na última sessão (último momento de avaliação).

Foram acordados dias para a recolha dos envelopes. Os dados foram recolhidos entre os meses de Fevereiro e Junho, do presente ano.

Foram recolhidos 16 grupos de questionários, 11 dos quais referentes a primeiras sessões, três foram recolhidos em quintas sessões (correspondendo a meio do processo) e dois referentes a últimas sessões. Assim, foi apenas obtida informação sobre três momentos de avaliação para dois casos, que serão alvo de um estudo qualitativo.

### **3.6.2 Metodologia para análise dos dados**

Após a recolha dos dados através dos instrumentos mencionados anteriormente, os dados referentes à Escala de Expectativas de Resultado foram cotados de acordo com as directrizes dos autores. Posteriormente, foram apurados os resultados totais desta escala, com o intuito de compreender se as expectativas de resultado são baixas, médias ou altas, de acordo com os valores indicados pelos autores no anexo acima referido. Os autores disponibilizaram ainda uma tabela com a análise qualitativa de cada item do Índice de Expectativas em relação ao Processo de Acompanhamento Psicológico.

Os dados foram transpostos para o programa IMB SPSS, v24. Devido ao número limitado de participantes, não foi possível realizar o estudo das propriedades psicométricas dos instrumentos.

Foram realizadas análises de estatística descritiva das variáveis em estudo, com o intuito de descrever as características da amostra, sendo analisadas com maior pormenor as frequências e média de resposta aos itens. Esta análise também teve como objectivo de

apurar as expectativas dos participantes, relativamente ao processo e resultados terapêuticos, nos diversos momentos do acompanhamento psicológico e de acordo com diferentes variáveis (e.g., sexo, desistência do processo e acompanhamento prévio). Adicionalmente, os dados recolhidos através da escala e do índice, foram tratados de acordo com as tabelas indicado pelos autores, mencionadas anteriormente.

Os estudos de caso foram analisados como referido acima. Também foram realizadas comparações entre as expectativas, nos diferentes momentos do acompanhamento psicológico.

#### **4. Resultados**

Como foi referido anteriormente, o reduzido número de participantes limitou as análises estatísticas a realizar. Assim, não foi possível efectuar as análises consideradas para as variáveis problemática (“Será que a problemática a trabalhar nas sessões se relaciona com as expectativas dos adolescentes relativamente ao processo terapêutico?” e “Será que a problemática a trabalhar nas sessões se relaciona com as expectativas dos adolescentes relativamente aos resultados terapêuticos?”); e orientação do terapeuta (“Quais as expectativas relativamente ao processo terapêutico, considerando a orientação teórica do psicólogo?” e “Quais as expectativas dos adolescentes relativamente aos resultados terapêuticos, considerando a orientação teórica do psicólogo?”), tendo estas sido consideradas apenas para a caracterização da amostra. Deste modo, foram realizadas análises de estatística descritiva e de frequências, das variáveis em estudo, com o intuito de apurar as expectativas dos participantes, relativamente ao processo e resultados terapêuticos. Os dados também foram analisados segundo as directrizes dos autores, mencionadas anteriormente.

Os dados referentes aos estudos de caso foram alvo das análises acima mencionadas. Igualmente, foram realizadas comparações das respostas aos diferentes itens, nos diversos momentos do acompanhamento. Assim, neste capítulo serão apresentadas as análises realizadas, de acordo com diferentes variáveis em estudo, nomeadamente, idade, sexo, desistência do processo e acompanhamento prévio.

##### **4.1 Caracterização da amostra**

Como foi mencionado no capítulo anterior, a amostra é composta por 11 adolescentes. Foram recolhidos 16 questionários, 11 dos quais referentes a primeiras sessões, três referentes a quintas sessões (correspondentes a meio do processo) e dois referentes a últimas sessões. Assim, ao longo da presente investigação, oito participantes desistiram do acompanhamento. Enquanto sete destas desistências ocorreram entre a primeira e a quinta sessões, a restante ocorreu após a quinta sessão.

Da totalidade dos participantes, cinco encontravam-se a receber acompanhamento psicológico a pedido próprio. Os restantes foram referenciados por terceiros. A média das idades dos participantes é de 14,5 anos, estando compreendidas entre os 12 e os 21 anos. Deste modo, quatro têm entre 12 e 14 anos; quatro têm entre 15 e 17 anos; e três têm entre 18 e 21 anos. Destes jovens, nove são do sexo feminino, sendo os restantes do sexo masculino. Para uma descrição mais completa, consultar a Tabela 4.

**Tabela 4.***Representação dos participantes de acordo com idade e sexo*

Idade	Sexo
12 anos	1 Masculino
13 anos	1 Feminino
	1 Masculino
14 anos	1 Feminino
15 anos	1 Feminino
16 anos	1 Feminino
17 anos	2 Feminino
19 anos	1 Feminino
20 anos	1 Feminino
21 anos	1 Feminino
Total:	11

Para melhor caracterizar esta amostra, foram registadas as problemáticas apresentadas por cada jovem. Posteriormente, devido ao número de participantes, foram agrupadas de acordo com as categorias do DSM-V (Tabela 5). Não foi indicada a problemática de dois participantes por não ter ficado clara na primeira sessão, não tendo sido possível clarificar esta questão antes do segundo momento de avaliação pois os adolescentes desistiram do acompanhamento.

**Tabela 5.***Representação das problemáticas dos participantes*

Perturbação		Nº de Participantes
Internalizante	Perturbação de humor/depressão pós-parto	1 Participante
	Ansiedade de Separação	1 Participante
	Ansiedade Generalizada	1 Participante
	Perturbação de Hiperactividade e Défice de Atenção	1 Participante
Perturbações Específicas do Neurodesenvolvimento	Perturbação Específica Aprendizagem	1 Participante
	Questões de Adaptação	1 Participante
Outras condições que podem ser alvo de atenção clínica	Questões Relacionais	2 Participante
Mais do que uma Perturbação	Perturbação do humor/depressão e Problemas Relacionais	1 Participante
Omissas		2 Participantes
Total:		11

A primeira recolha dos dados foi realizada no início do processo de acompanhamento psicológico. De todos os participantes, apenas três estavam a recorrer a um psicólogo pela primeira vez. Dois dos adolescentes que já tinham sido alvo de intervenção terapêutica, referiram ter começado a ser acompanhados aos 10 anos. Do mesmo modo, dois jovens indicaram receber o primeiro acompanhamento aos 11 anos, enquanto três participantes relataram ter sido aos 13 anos, e um dos adolescentes indicou ter recebido o primeiro acompanhamento aos 18 anos.

Nove dos profissionais que acompanharam os jovens são formados na área de Psicologia Clínica e da Saúde, os restantes são estagiários curriculares desta mesma área. Três, identificam ter uma abordagem Dinâmica, e outros três relatam ter orientação Cognitiva-Comportamental. Por outro lado, quatro psicólogos indicaram ter uma abordagem integrativa, e o restante profissional referiu ter uma abordagem baseada na teoria de Gestalt.

A média de anos de experiência é de 9,09, variando entre menos de um ano (no caso de dois estagiários) e dezassete anos de experiência. Enquanto dois psicólogos indicaram ter seis anos de experiência, três profissionais revelaram ter nove anos de experiência, e outros três mencionaram ter dezassete anos de experiência. Apenas um psicólogo referiu ter dez anos de experiência.

## 4.2 Resultados, de acordo com as questões de investigação

### Quais as expectativas dos adolescentes relativamente ao processo terapêutico, antes de iniciarem o acompanhamento psicológico?

Realizando a análise descritiva desta variável (ver Tabela 6), é possível verificar que a maioria dos adolescentes espera trabalhar em conjunto com o/a psicólogo/a, ao longo do acompanhamento (item 3), como é indicado pelo elevado valor da média de resposta (2,91). O item 4 teve a média de respostas mais baixa (1,55), assinalando que grande parte destes jovens não tem a certeza se estar no acompanhamento é um trabalho difícil.

**Tabela 6.**

*Análise da estatística descritiva das expectativas de processo no início do acompanhamento psicológico*

Estatísticas Descritivas					
	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
Não_Diga_Outros	11	2	3	2,82	,405
Melhorar_Mudar	11	2	3	2,55	,522
TrabalhoConjunto	11	2	3	2,91	,302
TrabalhoDifícil	11	1	2	1,55	,522
Cuidadoso_Digo	11	1	3	1,91	,831
Confortável_NãoEstáAjudar	11	2	3	2,82	,405
PensamentosSentimentosDíficeis	11	1	3	1,73	,647
Respeite_CostumesOrigens	11	2	3	2,82	,405
Acomp_ÚnicaAjuda	11	1	3	2,55	,688

Na Tabela 7, estão representadas as frequências das expectativas de processo dos jovens, no início do acompanhamento psicológico. A análise dos dados permite compreender que nove participantes responderam “espero”, aos itens 1 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo”), 6 (“Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim”), e 8 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família”). Estes resultados sugerem que a maioria dos participantes espera confidencialidade, o que pode indicar algum nível de confiança no terapeuta (Bickman et al., 2010). Igualmente, podem indicar que os adolescentes esperam colaborar com o/a psicólogo/a (Bickman et al., 2010). Perante os mesmos itens, dois participantes responderam “não tenho a certeza”.

Enquanto seis jovens indicaram esperar ter de mudar muito para melhorar (item 2), os restantes cinco responderam “não tenho a certeza”. Dez participantes indicaram esperar trabalhar em conjunto com o/a psicólogo/a, ao longo do acompanhamento (item 3). Apenas um dos adolescentes referiu não ter a certeza de esperar realizar este trabalho em conjunto. Estes dados podem sugerir um elevado nível motivacional e/ou baixo conhecimento acerca do acompanhamento, tal como podem indicar uma expectativa de papel activo (Bickman et al., 2010).

No item 4 (“Que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil para mim”), seis jovens responderam “não tenho a certeza”, sendo que os restantes responderam “não Espero”. Ao item 5 (“Ser cuidadoso/a em relação ao que digo ao/à psicólogo/a”), três participantes responderam “espero”, quatro responderam “não tenho a certeza”, e os restantes responderam “não espero”.

Apenas um participante indicou esperar ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das sessões de acompanhamento psicológico (item 7), o que sugere compreensão e/ou conhecimento acerca do processo (Bickman et al., 2010). Seis jovens responderam “não tenho a certeza”, e quatro adolescentes indicaram não esperar estes pensamentos e sentimentos. Por fim, sete jovens indicaram esperar que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precisem para lidar com os seus problemas (item 9). Face ao mesmo item, três adolescentes responderam “não tenho a certeza” e o restante participante respondeu “não espero”.



**Tabela 7.***Frequências das expectativas de processo no início do acompanhamento psicológico*

Item	Expectativas de Processo (N=11)		
	Espero... (N)	Não tenho a certeza (N)	Não Espero (N)
1. Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo	9	2	
2. Que para melhorar, eu tenha de mudar muito	6	5	
3. Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico	10	1	
4. Que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil para mim		6	5
5. Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/à meu/minha psicólogo/a	3	4	4
6. Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim	9	2	
7. Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico	1	6	4
8. Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família	9	2	
9. Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas	7	3	1

### **Quais as expectativas dos adolescentes relativamente aos resultados terapêuticos, antes de iniciarem o acompanhamento psicológico?**

A análise da estatística descritiva (Tabela 8) permite compreender que, antes de iniciarem o acompanhamento, os jovens demonstram esperar que o mesmo os ensine a usar os seus pontos fortes (item 4) e a ter uma vida melhor (item 8). Tal é notório porque a média das respostas a estes itens é de 3. Do mesmo modo é perceptível que os jovens não têm a certeza de esperar melhorar o seu comportamento da escola, sendo a média de respostas a este item é de 2,18.

**Tabela 8.**

*Análise da estatística descritiva das expectativas de resultado, no início do acompanhamento psicológico*

						<b>Desvio-</b>
	<b>Item</b>	<b>N</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>	<b>Média</b>	<b>Padrão</b>
1.	Lidar com pensamentos que incomodam	11	1	3	2,82	,603
2.	Resolver problemas	11	2	3	2,55	,522
3.	Melhorar comportamento em casa	11	1	3	2,55	,688
4.	Usar pontos fortes	11	3	3	3,00	,000
5.	Lidar com sentimentos dolorosos	11	2	3	2,55	,522
6.	Melhorar a relação Pai/Mãe	11	1	3	2,45	,820
7.	Melhorar o comportamento na escola	11	0	3	2,18	1,079
8.	Ter uma vida melhor	11	3	3	3,00	,000

A análise de frequência dos resultados (Tabela 9) permite compreender que, no início do acompanhamento, todos os adolescentes responderam “espero” aos itens 4 e 8, (“aprender a usar os meus pontos fortes”) e (“ter uma vida melhor”), respectivamente. Dez participantes responderam “espero” ao item 1 (“lidar com pensamentos que me incomodam”), e um participante indicou “não espero” ao mesmo item. Seis adolescentes indicaram esperar que o acompanhamento psicológico os ajude a resolver os seus problemas (item 2), e cinco participantes responderam “não tenho a certeza”.

Sete jovens indicaram esperar que o acompanhamento os ajude a melhorar o comportamento em casa (item 3), três participantes responderam “não tenho a certeza” e o restante respondeu “não espero”. No item 5 (“lidar com sentimentos dolorosos”), seis adolescentes indicaram “espero”, e os restantes indicaram “não tenho a certeza”. Sete

participantes referiram que esperam que o acompanhamento os ajude a melhorar a relação com o pai ou com a mãe (item 6), enquanto dois jovens indicaram que não tinham a certeza, e dois mencionaram que não esperam que tal aconteça. Por fim, seis jovens indicaram que esperam que o acompanhamento psicológico os ajude a melhorar o comportamento na escola (item 7). No mesmo item, dois participantes indicaram “não tenho a certeza” e outros dois indicaram “não espero”. Um dos participantes não respondeu à questão.

**Tabela 9.**

*Frequência das expectativas de resultado no início do acompanhamento psicológico*

Item	Expectativas de Resultado (N=11)			
	Espero (N)	Não tenho a certeza (N)	Não Espero (N)	Omisso (N)
Espero que o acompanhamento psicológico me ajude a...				
1. ...lidar com pensamentos que me incomodam	10		1	
2. ...resolver os meus problemas	6	5		
3. ...melhorar o meu comportamento em casa	7	3	1	
4. ...aprender a usar os meus pontos fortes.	11			
5. ...lidar com sentimentos	6	5		
6. ...melhorar a minha relação com o/a meu/minha pai/ mãe	7	2	2	
7. ...melhorar o meu comportamento na escola	6	2	2	1
8. ...ter uma vida melhor	11			

Como foi referido no capítulo 3, os autores dos instrumentos propuseram uma análise generalista das expectativas de resultado. Esta consiste em somar os valores de resposta (de acordo com os valores da Tabela 1, anexo B) e dividi-los por oito (número de itens da escala). Este valor deverá ser analisado de acordo com a Tabela 2, anexo B. Seguindo estas directrizes calculei o valor para cada participante (Tabela 10). Três jovens, obtiveram um resultado total de três valores. Dois adolescentes detiveram o resultado

final de 2,875, e um teve um resultado de 2,625. Enquanto apenas um dos participantes obteve um resultado de 2,5, três tiveram um resultado total de 2,375, e um teve um resultado de 2.

Considerando estas directrizes, foi possível compreender que todos os participantes têm, no início do processo, expectativas de resultado que variam entre 2.0 e 3.0. Assim, de acordo com a terminologia adoptada pelos autores, as expectativas dos adolescentes situam-se entre o nível médio e o elevado.

**Tabela 10.**

*Nível das expectativas de resultado do acompanhamento psicológico*

<b>Valor da expectativa</b>	<b>Frequência (N)</b>
3.0	3
2.5; 2.9	4
2.1 - 2.4	3
2.0	1
Total:	11

### **Quais as expectativas dos adolescentes relativamente ao processo terapêutico, no início do acompanhamento psicológico, considerando a variável sexo?**

Nesta secção serão descritas as expectativas de processo das participantes do sexo feminino (N=9) e dos participantes do sexo masculino (N=2).

#### **Expectativas de processo dos participantes do sexo feminino**

A análise descritiva das expectativas de processo das raparigas (Tabela 11) permite compreender que as jovens esperam que o/a psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhes é comunicado (item 1), Trabalhar em conjunto com o/a psicólogo/a (item 3), e sentir-se confortável para dizer que o acompanhamento psicológico não está a ajudar, caso seja o que sintam (item 6), pois todos estes itens têm a média de resposta mais elevada (2,87). Por outro lado, as jovens não tinham a certeza que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil (item 4) pois a média de respostas foi de 1,56.

**Tabela 11.**

*Análise da Estatística descritiva expectativas de processo, participantes do sexo feminino*

					Desvio-	
	Item	N	Mínimo	Máximo	Média	Padrão
1.	Não diga a outros	9	2	3	2,89	,333
2.	Para melhorar é preciso mudar	9	2	3	2,67	,500
3.	Trabalho em Conjunto	9	2	3	2,89	,333
4.	Trabalho Difícil	9	1	2	1,56	,527
5.	Ser cuidadoso com o que digo	9	1	3	1,89	,782
.	Confortável dizer não está a ajudar	9	2	3	2,89	,333
7.	Pensamentos e sentimentos difíceis	9	1	2	1,67	,500
8.	Respeite costumes e origens	9	2	3	2,78	,441
9.	Acompanhamento única ajuda	9	1	3	2,56	,726

Através da análise da Tabela 12, na qual estão ilustradas as frequências de resposta às expectativas e processo dos participantes do sexo feminino, nos itens 1 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo”), 3 (“Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico”), e 6 (“Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim”), oito participantes responderam “espero”, enquanto a restante respondeu “Não tenho a certeza”. Tal sugere que a maioria das jovens espera confidencialidade, o que pode indicar algum nível de confiança no terapeuta, tem a expectativa de um papel activo e disponibilidade para colaborar com o/a psicólogo/a (Bickman et al., 2010).

No item 2 (“Que para melhorar, eu tenha de mudar muito”), seis raparigas responderam “espero”, enquanto as restantes responderam “não tenho a certeza”. Assim, a maioria das participantes poderá ter um elevado nível motivacional e/ou baixo conhecimento acerca do acompanhamento (Bickman et al., 2010). No item 7 (“Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico”), seis raparigas responderam “não tenho a certeza”, sendo que três responderam “não espero”. Tal o que sugere que grande parte destas jovens compreende e/ou tem conhecimentos acerca do processo (Bickman et al., 2010).

Enquanto quatro participantes indicaram não esperar que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil (item 4), cinco responderam “não tenho a certeza”, o que indica que a maioria dos participantes está incerto relativamente à participação no processo, e se esta envolverá trabalho árduo (Bickman et. al., (2010). A maioria as participantes indicou não ter a certeza de ser cuidadosa em relação ao que diz ao/à psicólogo/a (item 5), enquanto duas adolescentes esperam ser cuidadosas, e três não esperam ter cuidado com o que dizem ao terapeuta, o que pode indicar confiança relativamente ao/à psicólogo/a ou ao processo (Bickman et al., 2010). Duas jovens indicaram não ter certeza se esperavam que o/a psicólogo/a respeitaria os seus costumes e origens culturais (item 8), sendo que seis adolescentes relataram esperar este comportamento do/a psicólogo/a.

Por fim, seis jovens responderam que esperam que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas (item 9). Duas participantes responderam “não tenho a certeza”, e a restante indicou “não espero”. De acordo com Bickman et al. (2010), o não esperar que o acompanhamento seja a única ajuda necessária pode sugerir que o participante espere medicação ou algum tipo de apoio informal, e.g, guia espírito ou religioso, família, amigos.

**Tabela 12.***Frequência das expectativas de processo, participantes do sexo feminino*

Item	Sexo Feminino (N=9)		
	Espero (N)	Não tenho a certeza (N)	Não Espero (N)
Espero...			
1. Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo	8	1	
2. Que para melhorar, eu tenha de mudar muito	6	3	
3. Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico	8	1	
4. Que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil para mim		5	4
5. Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/à meu/minha psicólogo/a	2	4	3
6. Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim	8	1	
7. Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico		6	3
8. Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família	7	2	
9. Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas	6	2	1

**Expectativas de processo dos participantes do sexo masculino**

A análise descritiva das expectativas de processo dos jovens neste grupo (Tabela 13), permite compreender que os rapazes esperam que trabalhar em conjunto com o/a psicólogo/a (item 3), e o profissional respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família (item 8), pois estes itens têm a média de resposta mais elevada (3). Por

outro lado, não têm a certeza se estar no acompanhamento representará um trabalho difícil (item 4), pois a média de respostas a esta questão é 1,50.

**Tabela 13.**

*Análise da estatística descritiva das expectativas de processo, participantes do sexo masculino*

	Item	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio- Padrão
1.	Não diga a outros	2	2	3	2,50	,707
2.	Para melhorar é preciso mudar	2	2	2	2,00	,000
3.	Trabalho em Conjunto	2	3	3	3,00	,000
4.	Trabalho Difícil	2	1	2	1,50	,707
5.	Ser cuidadoso com o que digo	2	1	3	2,00	1,414
6.	Confortável dizer não está a ajudar	2	2	3	2,50	,707
7.	Pensamentos e sentimentos difíceis	2	1	3	2,00	1,414
8.	Respeite costumes e origens	2	3	3	3,00	,000
9.	Acompanhamento única ajuda	2	2	3	2,50	,707

No que concerne a análise das frequências das expectativas dos rapazes, nos itens 3 (“Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico”) e 8 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família”), os jovens responderam “espero”. Também no item 2 (“Que para melhorar, eu tenha de mudar muito”), a resposta foi unanime, sendo que os participantes não tinham a certeza de que, para melhorar, tinham de mudar muito. Tal sugere a expectativa de um papel activo durante o processo, tal como um elevado nível motivacional e/ou baixo conhecimento acerca do acompanhamento (Bickman et al., 2010).

Nos itens 1 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo”), 6 (“Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim”) e 9 (“Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas”), um dos adolescentes respondeu “espero”, enquanto o outro respondeu “não tenho a certeza”. As respostas afirmativas sugerem que os participantes esperam confidencialidade, o que pode indicar algum nível de confiança no terapeuta, tal como pode indicar disponibilidade para



colaborar com o/a psicólogo/a (Bickman et al., 2010). Tanto no item 5 (“Ser muito cuidadoso em relação ao que digo ao/à meu/minha psicólogo/a), como no item 7 (“Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico”), um dos adolescentes respondeu “não tenho a certeza”, e o outro respondeu “não espero”. Um dos participantes indicou que não espera que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil (item 4), enquanto o restante respondeu “não tenho a certeza”, o que pode sugerir um baixo nível de motivação e/ou pouco conhecimento acerca do processo (Bickman et al., 2010).

**Tabela 14.**

*Frequência das expectativas de processo, participantes do sexo masculino*

Item	Sexo Masculino		
	(N=2)		
Espero...	Espero (N)	Não tenho a certeza (N)	Não Espero (N)
1. Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo	1	1	
2. Que para melhorar, eu tenha de mudar muito		2	
3. Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico	2		
4. Que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil para mim		1	1
5. Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/à meu/minha psicólogo/a	1		1
6. Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim	1	1	
7. Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico	1		1
8. Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família	2		
9. Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas	1	1	

**Quais as expectativas dos adolescentes relativamente aos resultados terapêuticos, no início do acompanhamento psicológico, considerando a variável sexo?**

**Expectativas de resultado dos participantes do sexo feminino**

A análise da estatística descritiva (Tabela 15) permite compreender, através da elevada média de respostas (3), que as raparigas esperam aprender a usar os pontos fortes (item 4) e a ter uma vida melhor (item 8). Do mesmo modo, a baixa média de respostas permite compreender que as raparigas não têm a certeza se esperam melhorar o seu comportamento na escola.

**Tabela 15.**

*Análise da estatística descritiva das expectativas de resultado, participantes do sexo feminino*

						Desvio-
	Item	N	Mínimo	Máximo	Média	Padrão
1.	Lidar com pensamentos que incomodam	9	1	3	2,78	,667
2.	Resolver problemas	9	2	3	2,56	,527
3.	Melhorar comportamento em casa	9	1	3	2,44	,726
4.	Usar pontos fortes	9	3	3	3,00	,000
5.	Lidar com sentimentos dolorosos	9	2	3	2,56	,527
6.	Melhorar a relação Pai/Mãe	9	1	3	2,33	,866
7.	Melhorar o comportamento na escola	9	0	3	2,00	1,118
8.	Ter uma vida melhor	9	3	3	3,00	,000

A análise das frequências de resposta (Tabela 16), permite compreender que todas as raparigas (N=9) responderam “espero” aos itens 4 (“aprender a usar os meus pontos fortes”) e 8 (“ter uma vida melhor”). Tanto no item 2 (“resolver os problemas”), como no item 5 (“lidar com sentimentos dolorosos”), cinco participantes seleccionaram a opção “espero”, enquanto quatro seleccionaram “não tenho a certeza”.

Ao item 1 (“lidar com pensamentos que me incomodam”), oito raparigas indicaram “espero”, e uma indicou “não espero”. Ao item 3 (“melhorar o comportamento em casa”), cinco raparigas responderam “espero”, três responderam “não tenho a certeza” e uma respondeu “não espero”. Cinco raparigas indicaram “espero” no item 6 (“melhorar a minha relação com o/a meu/minha pai/mãe”), duas participantes responderam “não

tenho a certeza”, e outras duas responderam “não espero”. Por fim, enquanto que quatro raparigas indicaram esperar que o acompanhamento psicológico as ajude a melhorar o comportamento na escola (item 7), duas referem que não têm a certeza, e outras duas responderam “não espero”. Um participante omitiu a resposta a esta questão.

**Tabela 16.**

*Frequência das expectativas de resultado, participantes do sexo feminino*

Item	Sexo Feminino (N=9)			
	Espero (N)	Não tenho a certeza (N)	Não Espero (N)	Omisso (N)
1. ...lidar com pensamentos que me incomodam	8		1	
2. ...resolver os meus problemas	5	4		
3. ...melhorar o meu comportamento em casa	5	3	1	
4. ...aprender a usar os meus pontos fortes.	9			
5. ...lidar com sentimentos dolorosos	5	4		
6. ...melhorar a minha relação com o/a meu/minha pai/ mãe	5	2	2	
7. ...melhorar o meu comportamento na escola	4	2	2	1
8. ...ter uma vida melhor	9			

#### **Expectativas de resultado, participantes do sexo masculino**

A análise da estatística descritiva (Tabela 17) permite compreender, através da média das respostas, que os jovens apenas não têm certeza no que concerne a resolução de problemas (item 2) e lidar com sentimentos dolorosos (item 5). Ambos estes itens têm uma média de resposta de 2,50. Nos restantes itens, a média de resposta é 3, indicando que os jovens esperam lidar com pensamentos que os incomodam (item 1), melhorar o comportamento em casa (item 3), aprender a usar os pontos fortes (item 4).

Adicionalmente, querem melhorar a relação com o pai/e ou com a mãe (item 6), melhorar o comportamento na escola (item 7), e ter uma vida melhor (item 8).

**Tabela 17.**

*Análise da estatística descritiva das expectativas de resultado, participantes do sexo masculino*

	Item	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio- Padrão
1.	Lidar com pensamentos que incomodam	2	3	3	3,00	,000
2.	Resolver problemas	2	2	3	2,50	,707
3.	Melhorar comportamento em casa	2	3	3	3,00	,000
4.	Usar pontos fortes	2	3	3	3,00	,000
5.	Lidar com sentimentos dolorosos	2	2	3	2,50	,707
6.	Melhorar a relação Pai/Mãe	2	3	3	3,00	,000
7.	Melhorar o comportamento na escola	2	3	3	3,00	,000
8.	Ter uma vida melhor	2	3	3	3,00	,000

A análise dos dados referentes às expectativas de resultado dos participantes do sexo masculino (Tabela 18) permitem compreender que os dois jovens responderam “espero” aos itens: 1 (“lidar com pensamentos que me incomodam”), 3 (“melhorar o meu comportamento em casa”), e 4 (“aprender a usar os meus pontos fortes”). O mesmo ocorreu com os itens 6 (“melhorar a minha relação com o meu/minha pai/ mãe”), 7 (“melhorar o meu comportamento na escola”), e 8 (“ter uma vida melhor”). Nos itens 2 (“resolver os meus problemas”) e 5 (“lidar com sentimentos dolorosos”), um dos participantes respondeu “espero”, enquanto o outro respondeu “não tenho a certeza”.

**Tabela 18.***Frequência das expectativas de resultado, participantes do sexo masculino*

Item	Sexo Masculino		
	(N=2)		
Espero que o acompanhamento psicológico me ajude a...	Espero (N)	Não tenho a certeza (N)	Não Espero (N)
1. ...lidar com pensamentos que me incomodam	2		
2. ...resolver os meus problemas	1	1	
3. ...melhorar o meu comportamento em casa	2		
4. ...aprender a usar os meus pontos fortes.	2		
5. ...lidar com sentimentos dolorosos	1	1	
6. ...melhorar a minha relação com o/a meu/minha pai/ mãe	2		
7. ...melhorar o meu comportamento na escola	2		
8. ...ter uma vida melhor	2		

**Quais as expectativas iniciais dos adolescentes, relativamente ao processo terapêutico, em caso de desistência do acompanhamento psicológico?**

Esta variável inclui dois grupos: os jovens que desistiram do acompanhamento, em qualquer fase do processo (N=8), e os jovens que completaram o acompanhamento (N=2).

**Expectativas de processo dos participantes que desistiram do acompanhamento**

Através da análise descritiva das expectativas de processo dos adolescentes que desistiram (Tabela 19) é possível compreender que todos os participantes esperavam trabalhar em conjunto com o/a psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico (item 3), sendo que esta questão tem uma média de respostas elevada (3,00). O item 4 tem a média de respostas mais baixa (1,50), o que implica que os jovens não têm a certeza se estar no acompanhamento é um trabalho difícil.

**Tabela 19.***Análise da estatística descritiva das expectativas de processo, desistências*

Item	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio-Padrão
1. Não diga a outros	8	2	3	2,88	,354
2. Para melhorar é preciso mudar	8	2	3	2,38	,518
3. Trabalho em Conjunto	8	3	3	3,00	,000
4. Trabalho Difícil	8	1	2	1,50	,535
5. Ser cuidadoso com o que digo	8	1	3	2,00	,926
6. Confortável dizer não está a ajudar	8	2	3	2,88	,354
7. Pensamentos e sentimentos difíceis	8	1	3	1,75	,707
8. Respeite Costumes e Origens	8	2	3	2,88	,354
9. Acompanhamento Única Ajuda	8	1	3	2,38	,744

A análise da frequência de respostas (Tabela 20) permite concluir que, nos itens 1 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo”), 6 (“Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim”) e 8 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família”), sete participantes responderam “espero”, enquanto o restante respondeu “não tenho a certeza”. Tal sugere que a maioria dos jovens deste grupo espera confidencialidade, o que pode indicar algum nível de confiança no terapeuta (Bickman et al., 2010). Todos os participantes indicaram esperar trabalhar em conjunto com o/a psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico (item 3).

Três participantes indicaram esperar que, para melhorar, tenham de mudar muito (item 2), tendo os outros cinco respondido “não tenho a certeza”. Quatro participantes indicaram não ter a certeza que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil (item 4). No mesmo item, os restantes quatro participantes responderam “não espero”. Estes resultados sugerem baixo conhecimento acerca do acompanhamento e/ou baixo nível motivacional (Bickman et al., 2010).

A opinião dos adolescentes está igualmente dividida no item 5 (“Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/à meu/minha psicólogo/a”), sendo que três participantes responderam “espero”, dois responderam “não tenho a certeza”, e os restantes três responderam “não espero”. Um jovem indicou esperar ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico (item 7), enquanto quatro participantes responderam “não tenho a certeza” e três adolescentes responderam “não espero”.

Relativamente ao item 9 (“Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas”), quatro participantes responderam “espero”, três participantes responderam “não tenho a certeza”, e um respondeu “não espero”.

**Tabela 20.**

*Frequência das expectativas de processo, desistências*

Item	Desistência (N=8)		
	Espero (N)	Não tenho a certeza (N)	Não Espero (N)
Espero...			
1. Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo	7	1	
2. Que para melhorar, eu tenha de mudar muito	3	5	
3. Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico	8		
4. Que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil para mim		4	4
5. Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/à meu/minha psicólogo/a	3	2	3
6. Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim	7	1	
7. Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico	1	4	3
8. Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família	7	1	
9. Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas	4	3	1

### Expectativas de processo dos participantes que concluíram o acompanhamento

A análise descritiva das expectativas dos jovens que concluíram o acompanhamento (Tabela 21) permite compreender que os participantes esperam que o/a psicólogo/a não diga aos outros o que lhes é comunicado (item 1), que tenham de mudar muito para melhorar (item 2), e trabalhar em conjunto com o/a psicólogo/a (item 3). Também esperam sentirem-se confortáveis para dizer que o acompanhamento não está a ajudar, caso sintam se sintam dessa forma (item 6), que o/a psicólogo/a respeite os seus costumes e origens culturais (item 8), e que o acompanhamento seja a única ajuda da qual necessitam (item 9). Todos estes itens têm a mais elevada média de resposta, 3.

A média de resposta mais baixa é de 1,50, e está associada aos itens 4, 5 e 7. Tal indica que os jovens não têm a certeza se esperam que estar no acompanhamento será um trabalho difícil, ser cuidadosos acerca do que dizem ao/a psicólogo/a, ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico.

**Tabela 21.**

*Análise da estatística descritiva das expectativas de processo, conclusão do acompanhamento*

	Item	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio-Padrão
1.	Não diga a outros	2	3	3	3,00	,000
2.	Para melhorar é preciso mudar	2	3	3	3,00	,000
3.	Trabalho em Conjunto	2	3	3	3,00	,000
4.	Trabalho Difícil	2	1	2	1,50	,707
5.	Ser cuidadoso com o que digo	2	1	2	1,50	,707
6.	Confortável dizer não está a ajudar	2	3	3	3,00	,000
7.	Pensamentos e sentimentos difíceis	2	1	2	1,50	,707
8.	Respeite costumes e origens	2	3	3	3,00	,000
9.	Acompanhamento única ajuda	2	3	3	3,00	,000



A análise das frequências de resposta (Tabela 22) permite compreender que os jovens responderam unanimemente “espero” aos itens 1 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo”), 2 (“Que para melhorar, eu tenha de mudar muito”), 3 (“Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a”) e 6 (“Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me”).

Também nos itens 8 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família”) e 9 (“Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas”) ambos os participantes responderam “espero”. Tal sugere que os jovens esperam confidencialidade, o que pode indicar algum nível de confiança no terapeuta, têm um elevado nível motivacional e/ou baixo conhecimento acerca do acompanhamento, e disponibilidade para colaborar com o/a psicólogo/a (Bickman et al., 2010). Nos itens 4 (“Que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil”), e 7 (“Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões”), um dos jovens respondeu “espero” e o outro respondeu “não tenho a certeza”. Verificou-se mesmo padrão de resposta no item 5 (“Ser muito cuidadoso em relação ao que digo ao/à meu/minha psicólogo/a”) o que sugere que mesmo esperando confidencialidade, os adolescentes podem nutrir alguma incerteza face ao/à psicólogo/a.

**Tabela 22.***Frequência das expectativas de processo, conclusão do acompanhamento*

Item	Conclusão (N=2)		
	Espero (N)	Não tenho a certeza (N)	Não Espero (N)
<b>Espero...</b>			
1. Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo	2		
2. Que para melhorar, eu tenha de mudar muito	2		
3. Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico	2		
4. Que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil para mim	1	1	
5. Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/à meu/minha	1	1	
6. Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim	2		
7. Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico	1	1	
8. Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família	2		
9. Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas	2		

**Quais as expectativas iniciais dos adolescentes, relativamente aos resultados terapêuticos, em caso de desistência do acompanhamento psicológico?**

A variável desistência engloba dois grupos: os dados dos participantes que desistiram do acompanhamento, independentemente da fase do processo na qual se encontravam (N=8) e os participantes que completaram o acompanhamento (N=2).

Seguidamente, serão descritos os dados recolhidos relativamente a cada um destes grupos.

### **Expectativas de resultado dos jovens que desistiram do acompanhamento**

A análise da estatística descritiva (Tabela 23) permite compreender que os jovens que desistiram esperavam lidar com pensamentos que os incomodam (item 1), aprender a usar os seus pontos fortes (itens 4), e ter uma vida melhor (item 8), sendo que estas questões têm uma média de respostas elevada (3). Por outro lado, a média de respostas mais baixa é de 2,13 e está relacionada com expectativa de melhorar o comportamento na escola. Deste modo, os jovens deste grupo não têm a certeza de querer melhorar o seu comportamento na escola.

#### **Tabela 23.**

*Análise da estatística descritiva das expectativas de resultado, participantes que desistiram do acompanhamento*

<b>Item</b>	<b>N</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>	<b>Média</b>	<b>Desvio-Padrão</b>
1. Lidar com pensamentos que incomodam	8	3	3	3,00	,000
2. Resolver problemas	8	2	3	2,75	,463
3. Melhorar comportamento em casa	8	1	3	2,75	,707
4. Usar pontos fortes	8	3	3	3,00	,000
5. Lidar com sentimentos dolorosos	8	2	3	2,63	,518
6. Melhorar relação Pai/Mãe	8	1	3	2,63	,744
7. Melhorar o comportamento na escola	8	0	3	2,13	1,246
8. Ter uma vida melhor	8	3	3	3,00	,000

No que concerne os participantes que desistiram do processo (Tabela 24), todos estes jovens responderam “espero” aos itens 1 (“lidar com pensamentos que incomodam”), 4 (“aprender a usar os meus pontos fortes”) e 8 (“ter uma vida melhor”).

Sete jovens indicaram esperar que o acompanhamento psicológico os ajude a melhorar o comportamento em casa (item 3). Face ao mesmo item, o restante participante respondeu “não espero”. No item 5 (“lidar com sentimentos dolorosos”), cinco participantes responderam “espero”, e três indicaram não ter a certeza. No que concerne o item 6 (“melhorar a minha relação com o/a meu/minha pai/mãe”), seis participantes responderam “espero”, um indicou “não espero” e o restante respondeu “não tenho a certeza”.

Relativamente ao item 7 (“melhorar o meu comportamento na escola”), cinco participantes responderam “espero”, dois indicaram não ter a certeza e um respondeu “não espero”.

**Tabela 24.**

*Frequência das expectativas de resultado dos participantes que desistiram do acompanhamento*

Item	Desistência (N=8)		
	Espero (N)	Não tenho a certeza (N)	Não Espero (N)
Espero que o acompanhamento psicológico me ajude a...			
1. ...lidar com pensamentos que me incomodam	8		
2. ...resolver os meus problemas	6	2	
3. ...melhorar o meu comportamento em casa	7		1
4. ...aprender a usar os meus pontos fortes.	8		
5. ...lidar com sentimentos dolorosos	5	3	
6. ...melhorar a minha relação com o/a meu/minha pai/ mãe	6	1	1
7. ...melhorar o meu comportamento na escola	5	2	1
8. ...ter uma vida melhor	8		

### **Expectativas de resultado dos participantes que concluíram o acompanhamento**

A análise da estatística descritiva (Tabela 25) permite compreender, através da elevada média de resposta (3), que os participantes deste grupo esperava lidar com pensamentos que os incomodam (item 1), aprender a usar os pontos fortes (item 4) e a ter uma vida melhor (item 8). A baixa média de resposta (1,50), associada ao item 6, é um forte indicador que os jovens ou não têm a certeza se esperam, ou não esperam, melhorar a sua relação com a mãe e/ou pai.

**Tabela 25.**

*Análise da estatística descritiva das expectativas de resultado, participantes que concluíram o acompanhamento*

	Item	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio- Padrão
1.	Lidar com pensamentos que incomodam	2	3	3	3,00	,000
2.	Resolver problemas	2	2	2	2,00	,000
3.	Melhorar comportamento em casa	2	2	2	2,00	,000
4.	Usar pontos fortes	2	3	3	3,00	,000
5.	Lidar com sentimentos dolorosos	2	2	3	2,50	,707
6.	Melhorar a relação Pai/Mãe	2	1	2	1,50	,707
7.	Melhorar o comportamento na escola	2	2	2	2,00	,000
8.	Ter uma vida melhor	2	3	3	3,00	,000

No que concerne as expectativas de resultado dos participantes que concluíram o acompanhamento (Tabela 26), todos os jovens responderam “espero” aos itens 1 (“lidar com pensamentos que me incomodam”); 4 (“aprender a usar os meus pontos fortes”); e 8 (“ter uma vida melhor”). Os participantes também responderam unanimemente, indicando “não tenho a certeza, aos itens 2 (“resolver os meus problemas”) e 3 (“melhorar o meu comportamento em casa”).

Tanto no item 5 (“Que o acompanhamento psicológico me ajude a lidar com sentimentos dolorosos”), como no item 6 (“Que o acompanhamento psicológico me ajude a melhorar a minha relação com o/a meu/minha pai/mãe”), um dos jovens indicou “espero” e o outro indicou “não tenho a certeza”.

**Tabela 26.***Frequência das expectativas de resultado, conclusão do acompanhamento*

Item	Conclusão do		
	Acompanhamento (N=2)		
Espero que o acompanhamento psicológico me ajude a...	Espero (N)	Não tenho a certeza (N)	Não Espero (N)
1. ...lidar com pensamentos que me incomodam	2		
2. ...resolver os meus problemas		2	
3. ...melhorar o meu comportamento em casa		2	
4. ...aprender a usar os meus pontos fortes.	2		
5. ...lidar com sentimentos dolorosos	1	1	
6. ...melhorar a minha relação com o/a meu/minha pai/ mãe	1	1	
7. ...melhorar o meu comportamento na escola	2		
8. ...ter uma vida melhor	2		

**Será que existem diferenças nas expectativas iniciais em relação ao processo terapêutico, entre os adolescentes que já foram acompanhados previamente, e os adolescentes que estão a ser acompanhados pela primeira vez?**

Esta variável engloba dois grupos, o dos adolescentes que já tinham tido acompanhamento psicológico (N=8), e os participantes que faziam acompanhamento pela primeira vez (N=3).

#### **Expectativas de processo dos jovens que tiveram acompanhamento prévio**

A análise da Tabela 27 permite compreender que os jovens que já foram acompanhados anteriormente esperam trabalhar em conjunto com o/a psicólogo/a, e que o/a profissional (item 3), e que o/a psicólogo/a respeite os seus costumes e origens culturais.

**Tabela 27.***Análise da estatística descritiva das expectativas de processo, acompanhamento prévio*

	Item	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio-Padrão
1.	Não diga a outros	8	2	3	2,75	,463
2.	Para melhorar é preciso mudar	8	2	3	2,63	,518
3.	Trabalho em Conjunto	8	2	3	2,88	,354
4.	Trabalho Difícil	8	1	2	1,75	,463
5.	Ser cuidadoso com o que digo	8	1	3	2,00	,926
6.	Confortável dizer não está a ajudar	8	2	3	2,75	,463
7.	Pensamentos e sentimentos difíceis	8	1	3	1,88	,641
8.	Respeite costumes e origens	8	2	3	2,88	,354
9.	Acompanhamento única ajuda	8	2	3	2,75	,463

A análise das frequências de resposta (Tabela 28) permite concluir que nos itens 1 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo”), 6 (“Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me”), e 9 (“Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas”), seis participantes responderam “espero”. Os restantes dois não têm forma responderam “não tenho a certeza”. Estes resultados sugerem que os adolescentes esperam confidencialidade, o que pode indicar algum nível de confiança e disponibilidade para trabalhar com o/a psicólogo/a (Bickman et al., 2010). Nos itens 3 (“trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a”) e 8 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família”), sete jovens responderam “espero” enquanto os restantes responderam “não tenho a certeza”. Cinco participantes indicaram esperar ter de mudar muito para melhorar (item 2), pode sugerir um elevado nível motivacional e/ou baixo conhecimento acerca do acompanhamento (Bickman et al., 2010). Face à mesma questão, três adolescentes responderam “não tenho a certeza”. Seis jovens indicaram não ter a certeza se esperam que o acompanhamento seja um trabalho difícil (item 4), e os restantes indicaram não esperar que o acompanhamento seja difícil, o que sugere um baixo nível de motivação e/ou pouco conhecimento acerca do processo (Bickman et al., 2010). Três participantes responderam que esperam ser cuidadosos em relação ao que dizem ao/à psicólogo/a (item 5), sugerindo falta de confiança ou incerteza relativamente ao/à psicólogo/a ou ao processo (Bickman et al., 2010). No mesmo item, dois indicaram não ter a certeza e três

indicaram que não esperam ser cuidadosos acerca do que dizem, o que sugere confiança relativamente ao/à psicólogo/a ou ao processo (Bickman et al., 2010). Por fim, no item 7 (“Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico”), cinco jovens responderam “não tenho a certeza”, dois responderam que não esperavam, um respondeu “espero”. Estes resultados sugerem que a maioria destes jovens não compreende ou não tem conhecimentos acerca do processo (Bickman et al., 2010).

**Tabela 28.**

*Frequência das expectativas de processo, acompanhamento prévio*

Item	Acompanhamento Prévio (N=8)		
	Espero (N)	Não tenho a certeza (N)	Não Espero (N)
Espero...			
1. Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo	6	2	
2. Que para melhorar, eu tenha de mudar muito	5	3	
3. Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico	7	1	
4. Que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil para mim		6	2
5. Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/à meu/minha psicólogo/a	3	2	3
6. Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim	6	2	
7. Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico	1	5	2
8. Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família	7	1	
9. Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas	6	2	



## Expectativas de processo dos jovens em acompanhamento pela primeira vez

Através da análise descritiva das expectativas de processo dos adolescentes que estavam a ser acompanhados pela primeira vez (Tabela 29), permite compreender que todos os jovens esperavam que o/a psicólogo/a não dissesse a terceiros o que lhes era dito (item 1), trabalhar em conjunto com o/a psicólogo/a (item 3), e sentir-se confortável para dizer quando o acompanhamento não estava a ser útil (item 6). Tal é perceptível pois a média de resposta a estes itens é de 3.

O item 4 obteve uma média de respostas baixa (1,00). Este resultado indica que os jovens não esperam que o acompanhamento seja difícil.

**Tabela 29.**

*Análise da estatística descritiva das expectativas de processo, primeiro acompanhamento*

						Desvio-
	Item	N	Mínimo	Máximo	Média	Padrão
1.	Não diga a outros	3	3	3	3,00	,000
2.	Para melhorar é preciso mudar	3	2	3	2,33	,577
3.	Trabalho em Conjunto	3	3	3	3,00	,000
4.	Trabalho Difícil	3	1	1	1,00	,000
5.	Ser cuidadoso com o que digo	3	1	2	1,67	,577
6.	Confortável dizer não está a ajudar	3	3	3	3,00	,000
7.	Pensamentos e sentimentos difíceis	3	1	2	1,33	,577
8.	Respeite costumes e origens	3	2	3	2,67	,577
9.	Acompanhamento única ajuda	3	1	3	2,00	1,000

Através da análise da Tabela 30, na qual estão ilustradas as frequências de resposta, é possível concluir que todos os participantes responderam “espero” aos itens 1 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo”), 3 (“Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico”), 4 (“Que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil para mim”) e 6 (“Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim”). Estes resultados sugerem que os adolescentes esperam confidencialidade, o que pode indicar algum nível de confiança no terapeuta (Bickman et al., 2010). Também indicam que os participantes esperam colaborar com o/a psicólogo/a, o que pode indicar a expectativa de um papel activo, tal como um elevado nível de motivação e/ou elevado conhecimento acerca do processo (Bikman et al., 2010).

Nos itens 2 (“Que para melhorar, eu tenha de mudar muito”) e 7 (“Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico”), um dos participantes respondeu “espero”, enquanto os restantes responderam “não tenho a certeza”. Tanto no item 5 (“Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/à meu/minha psicólogo/a”), como também no item 8 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família”), dois participantes responderam “não tenho a certeza” e um respondeu “não espero”.

Por fim, ao item 9 (“Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas”), os jovens ofereceram respostas díspares. Um dos participantes respondeu “espero”, outro respondeu “não tenho a certeza”, e o restante respondeu “não espero”.

**Tabela 30.***Frequência das expectativas de processo, primeiro acompanhamento*

Item	Primeiro Acompanhamento (N=3)		
	Espero (N)	Não tenho a certeza (N)	Não Espero (N)
1. Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo	3		
2. Que para melhorar, eu tenha de mudar muito	1	2	
3. Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico	3		
4. Que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil para mim			3
5. Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/à meu/minha psicólogo/a		2	1
6. Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim	3		
7. Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico	1	2	
8. Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família		2	1
9. Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas	1	1	1

**Será que existem diferenças nas expectativas iniciais em relação aos resultados do processo, entre os adolescentes que já foram acompanhados previamente, e os adolescentes que estão a ser acompanhados pela primeira vez?**

Esta variável integra dois grupos: os jovens que, em algum ponto da sua vida, usufruíram de acompanhamento psicológico (N=8), e os adolescentes que estavam a receber acompanhamento pela primeira vez (N=3).

**Expectativas de resultado, acompanhamento prévio**

A análise da estatística descritiva (Tabela 31) permite compreender que os adolescentes esperam aprender a usar os seus pontos fortes (item 4) e ter uma vida melhor (item 8), como é indicado pelo valor da média da resposta mais elevado nestas questões (3). O valor médio da resposta mais baixo é de 2,25 e indica que os jovens não têm a certeza se esperam melhorar a relação com o pai e/ou mãe, tal como não têm a certeza se esperam melhorar o comportamento na escola.

**Tabela 31.**

*Análise da estatística descritiva das expectativas de resultado, acompanhamento prévio*

						Desvio-
	Item	N	Mínimo	Máximo	Média	Padrão
1.	Lidar com pensamentos que incomodam	8	1	3	2,75	,707
2.	Resolver problemas	8	2	3	2,38	,518
3.	Melhorar comportamento em casa	8	1	3	2,38	,744
4.	Usar pontos fortes	8	3	3	3,00	,000
5.	Lidar com sentimentos dolorosos	8	2	3	2,38	,518
6.	Melhorar a relação Pai/Mãe	8	1	3	2,25	,886
7.	Melhorar o comportamento na escola	8	1	3	2,25	,886
8.	Ter uma vida melhor	8	3	3	3,00	,000

Relativamente aos jovens que já tiveram acompanhamento (Tabela 32), todos responderam “espero” aos itens 4 (“aprender a usar os meus pontos fortes”), e 8 (“ter uma vida melhor”). Tanto no item 2 (“resolver os meus problemas”), como no item 5 (“lidar com sentimentos dolorosos”), três participantes responderam “espero”, enquanto que cinco responderam “não tenho a certeza”.

Nos itens 6 (“melhorar a minha relação com o/a meu/minha pai/mãe”) e 7 (“melhorar o meu comportamento na escola”), quatro participantes responderam “espero”, dois responderam “não tenho a certeza” e os restantes responderam “não espero”. Sete jovens responderam “espero” ao item 1 (“lidar com pensamentos que me incomodam”). O restante participante indicou “não espero”.

**Tabela 32.**

*Frequência expectativas de resultado dos participantes, acompanhamento prévio*

Item	Acompanhamento		
	Prévio (N=8)		
Espero que o acompanhamento psicológico me ajude a...	Espero (N)	Não tenho a certeza (N)	Não Espero (N)
1. ... lidar com pensamentos que me incomodam	7		1
2. ... resolver os meus problemas	3	5	
3. ... melhorar o meu comportamento em casa	4	3	1
4. ... aprender a usar os meus pontos fortes	8		
5. ... lidar com sentimentos dolorosos	3	5	
6. ... melhorar a minha relação com o/a meu/minha pai/ mãe	4	2	2
7. ... a melhorar o meu comportamento na escola	4	2	2
8. ... a ter uma vida melhor	8		

### **Expectativas de resultado, primeiro acompanhamento**

A análise da estatística descritiva (Tabela 33) permite compreender que, os jovens que estão a receber o primeiro acompanhamento não têm a certeza se esperam melhorar o comportamento na escola (item 7), pois a média de respostas é 2. Relativamente aos outros itens, a média de resposta é igual para todos (3), e indica que os jovens esperam lidar com pensamentos que os incomodam (item 1), que o acompanhamento os ajude a resolver os problemas (item 2), a melhorar o comportamento em casa (item 3), e aprender a usar os seus pontos fortes (item 4). Igualmente, esperam lidar com sentimentos

dolorosos ao longo do acompanhamento (item 5), melhorar a sua relação com o pai e /ou a mãe (item 6) e ter uma vida melhor (item 8).

**Tabela 33.**

*Análise da estatística descritiva das expectativas de resultado, primeiro acompanhamento*

						<b>Desvio-</b>
	<b>Item</b>	<b>N</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>	<b>Média</b>	<b>Padrão</b>
1.	Lidar com pensamentos que incomodam	3	3	3	3,00	,000
2.	Resolver problemas	3	3	3	3,00	,000
3.	Melhorar comportamento em casa	3	3	3	3,00	,000
4.	Usar pontos fortes	3	3	3	3,00	,000
5.	Lidar com sentimentos dolorosos	3	3	3	3,00	,000
6.	Melhorar a relação Pai/Mãe	3	3	3	3,00	,000
7.	Melhorar o comportamento na escola	3	0	3	2,00	1,732
8.	Ter uma vida melhor	3	3	3	3,00	,000

No que concerne a frequência das respostas dos jovens que se encontravam a receber acompanhamento pela primeira vez (Tabela 34), todos os participantes responderam “espero” em todos os itens, com a exceção do item 7 (“melhorar o meu comportamento na escola”). Neste item, dois jovens responderam “espero” e um participante omitiu a resposta.

**Tabela 34.***Frequência das expectativas de resultado, primeiro acompanhamento*

Item	Primeiro Acompanhamento (N=3)			
	Espero	Não tenho a certeza	Não	Omisso
	(N)	(N)	Espero (N)	(N)
Espero que o acompanhamento psicológico me ajude a...				
1. ...lidar com pensamentos que me incomodam	3			
2. ...resolver os meus problemas	3			
3. ... melhorar o meu comportamento em casa	3			
4. ... aprender a usar os meus pontos fortes	3			
5. ...lidar com sentimentos dolorosos	3			
6. ...melhorar a minha relação com o meu/minha pai/ mãe	3			
7. ... melhorar o meu comportamento na escola	2			1
8. ... ter uma vida melhor	3			

**Será que a idade dos adolescentes se relaciona com as suas expectativas iniciais,  
relativamente ao processo terapêutico?**

Devido ao escasso número de participantes, não foi possível responder a esta questão. Não obstante, foram realizadas as análises de estatística descritiva e frequências para estas variáveis. Para o propósito destas análises, esta faixa etária foi dividida em três grupos: dos 12 aos 14 anos (N= 4), dos 15 aos 17 anos (N=4), e dos 18 aos 21 anos (N=3).

### Expectativas de processo dos jovens dos 12 aos 14 anos

A análise descritiva das expectativas dos adolescentes do grupo dos 12 aos 14 anos (Tabela 35) permite compreender que estes esperam trabalhar em conjunto com o/a psicólogo/a; que o terapeuta respeite os seus costumes e origens culturais e que o acompanhamento seja a única ajuda que irá necessitar para lidar com os seus problemas (itens 3, 8 e 9, respectivamente). Tal é perceptível devido à elevada média de respostas a estes itens (2,75). O item 4 teve a média de respostas mais baixa (1,75), assinalando que os jovens não têm a certeza se esperam que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil.

**Tabela 35.**

*Análise da estatística descritiva das expectativas de processo, 12-14 anos*

	Item	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio-Padrão
1.	Não diga a outros	4	2	3	2,50	,577
2.	Para melhorar é preciso mudar	4	2	3	2,25	,500
3.	Trabalho em Conjunto	4	2	3	2,75	,500
4.	Trabalho Difícil	4	1	2	1,75	,500
5.	Ser cuidadoso com o que digo	4	1	3	2,25	,957
6.	Confortável dizer não está a ajudar	4	2	3	2,50	,577
7.	Pensamentos e sentimentos difíceis	4	1	3	2,00	,816
8.	Respeite costumes e origens	4	2	3	2,75	,500
9.	Acompanhamento única ajuda	4	2	3	2,75	,500

Através da análise da Tabela 36, na qual estão descritas as frequências de resposta dos jovens com idades compreendidas entre os 12 e os 14 anos, é possível compreender que no item 1 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo”) e no item 6 (“Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me”), dois participantes responderam “espero”, e os restantes dois responderam “não tenho a certeza”. De acordo com Bickman et al. (2010), tal sugere que os jovens esperam confidencialidade, o que pode indicar algum nível de confiança no terapeuta.



No item 3 (“Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a”), três jovens responderam “espero”, o que pode indicar a expectativa de um papel activo durante o processo (Bickman et al., 2010). Ainda neste item, um jovem respondeu “não tenho a certeza”. Também nos itens 8 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família”), e 9 (“Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas”), três jovens responderam “espero”, enquanto o restante respondeu “não tenho a certeza”.

Um dos jovens indicou que espera que seja necessário mudar muito para melhorar (item 2), o que pode sugerir um elevado nível motivacional e/ou baixo conhecimento acerca do acompanhamento (Bickman et al., 2010). Neste item, os restantes participantes responderam “não tenho a certeza”. Um adolescente indicou ainda não esperar que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil (item 4), o que pode sugerir um baixo nível de motivação e/ou pouco conhecimento acerca do processo (Bickman et al., 2010). Os restantes participantes responderam “não tenho a certeza”.

No item 5 (“Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/à meu/minha psicólogo/a”), cada jovem respondeu a uma opção diferente. Deste modo, um dos participantes indicou que “espero”, o que pode indicar falta de confiança ou incerteza relativamente ao/à psicólogo/a ou ao processo (Bickman et al., 2010). Outro adolescente referiu que “não tem a certeza”, e o restante respondeu “não espero”, o que pode indicar confiança relativamente ao/à psicólogo/a ou ao processo (Bickman et al., 2010). Por fim, no item 7 (“Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico”), dois jovens responderam “não tenho a certeza”, enquanto os restantes responderam, “espero” e “não espero”, o que sugere falta de compreensão e/ou de conhecimento acerca do processo (Bickman et al., 2010).

**Tabela 36.***Frequência das expectativas de processo, 12-14 Anos*

Item	12-14 Anos (N=4)		
	Espero (N)	Não tenho a certeza (N)	Não Espero (N)
<b>Espero...</b>			
1. Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo	2	2	
2. Que para melhorar, eu tenha de mudar muito	1	3	
3. Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico	3	1	
4. Que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil para mim		3	1
5. Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/à meu/minha psicólogo/a	1	1	1
6. Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim.	2	2	
7. Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico	1	2	1
8. Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família	3	1	
9. Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas	3	1	

**Expectativas de processo dos jovens dos 15 aos 17 anos**

A análise descritiva das expectativas de processo dos jovens do grupo dos 15 aos 17 anos (Tabela 37) permite compreender que todos estes adolescentes esperam que o/a psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhes é comunicado, trabalhar em conjunto

com o terapeuta, sentirem-se confortáveis para dizer que acham que o acompanhamento psicológico não está a ajudar e que o/a psicólogo/a respeite os seus costumes e origens culturais (itens 1, 3, 6 e 8, respectivamente), pois todos estes itens têm a média de resposta mais elevada (3). Os itens 4 e 7 têm a média de resposta mais baixa (1,25), indicando que os jovens não esperam que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil, nem esperam ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis devido às sessões.

**Tabela 37.**

*Análise da estatística descritiva das expectativas de processo, 15-17 anos*

	Item	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio-Padrão
1.	Não diga a outros	4	3	3	3,00	,000
2.	Para melhorar é preciso mudar	4	2	3	2,75	,500
3.	Trabalho em Conjunto	4	3	3	3,00	,000
4.	Trabalho Difícil	4	1	2	1,25	,500
5.	Ser cuidadoso com o que digo	4	1	2	1,50	,577
6.	Confortável dizer não está a ajudar	4	3	3	3,00	,000
7.	Pensamentos e sentimentos difíceis	4	1	2	1,25	,500
8.	Respeite costumes e origens	4	3	3	3,00	,000
9.	Acompanhamento única ajuda	4	1	3	2,50	1,000

A análise das frequências das expectativas de processo dos jovens deste grupo (Tabela 38) indica que todos os participantes deste grupo responderam “espero” aos itens 1 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo”), 3 (“Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a”), 6 (“Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim”), e 8 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família”). Três adolescentes responderam “espero” ao item 3 (“Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico”), enquanto o restante respondeu “não tenho a certeza”. Tal sugere que os adolescentes esperam confidencialidade (o que pode indicar algum nível de confiança no terapeuta), e têm a expectativa de um papel activo e colaborante com o/a psicólogo/a (Bickman et al., 2010). Um participante indicou não ter a certeza se estar no acompanhamento será um trabalho difícil (item 4), o que pode sugerir um elevado nível de motivação e/ou elevado conhecimento acerca do processo (Bickman et al., 2010).

Neste item, os restantes jovens responderam “não espero”. Dois adolescentes indicaram não esperar serem cuidadosos relativamente ao que dizem ao/à psicólogo/a, (item 5) e os outros dois referiram não ter a certeza se esperam ser cuidadosos ou não, o que pode indicar falta de confiança ou incerteza relativamente ao/à psicólogo/a ou ao processo (Bickman et al., 2010). No item 7 (“Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico”), um participante respondeu “não tenho a certeza”, enquanto os restantes responderam “não espero”, o que sugere falta de compreensão e/ou de conhecimento acerca do processo. Por fim, no item 9 (“Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas”), três jovens responderam “espero”, e um respondeu “não espero”.

**Tabela 38.**

*Frequência das expectativas de processo, 15-17 Anos*

Item		15-17 Anos (N=4)		
		Espero (N)	Não tenho a certeza (N)	Não Espero (N)
<b>Espero...</b>				
1.	Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo	4		
2.	Que para melhorar, eu tenha de mudar muito	3	1	
3.	Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico	4		
4.	Que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil para mim		1	3
5.	Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/à meu/minha psicólogo/a		2	2
6.	Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim	4		
7.	Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico		1	3
8.	Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família	4		
9.	Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas	3		1

### Expectativas de processo dos jovens dos 18 aos 21 anos

A análise descritiva das expectativas de processo do grupo dos 18 aos 21 anos indica que os jovens esperam que o/a psicólogo/a não diga aos outros o que lhes é comunicado (item 1), trabalhar em conjunto com o/a psicólogo/a (item 3) e sentirem-se confortáveis para dizer que acham que o acompanhamento psicológico não está a ajudar (item 6), pois todos estes itens têm a média de resposta mais elevada (3). Adicionalmente, os participantes não têm a certeza se estar no acompanhamento é um trabalho difícil (item 4), sendo que a média de respostas a esta questão é a mais baixa (1,67).

**Tabela 39.**

*Análise da estatística descritiva das expectativas de processo, 18-21 anos*

	Item	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio-Padrão
1.	Não diga a outros	3	3	3	3,00	,000
2.	Para melhorar é preciso mudar	3	2	3	2,67	,577
3.	Trabalho em Conjunto	3	3	3	3,00	,000
4.	Trabalho Difícil	3	1	2	1,67	,577
5.	Ser cuidadoso com o que digo	3	1	3	2,00	1,000
6.	Confortável dizer não está a ajudar	3	3	3	3,00	,000
7.	Pensamentos e sentimentos difíceis	3	2	2	2,00	,000
8.	Respeite costumes e origens	3	2	3	2,67	,577
9.	Acompanhamento única ajuda	3	2	3	2,33	,577

A análise das frequências das expectativas de processo, dos jovens que têm entre 18 e 21 anos, permite compreender que todos participantes deste grupo etário respondeu “espero” ao item 1 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo”), e 3 (“Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico”). Estes resultados sugerem que os jovens esperam confidencialidade, o que pode indicar algum nível de confiança no terapeuta, e expectativa de um papel activo durante o processo (Bickman et al., 2010). No item 7 (“Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico”), os jovens responderam, unanimemente, “não tenho a certeza”. Tanto no item 2 (“Que para melhorar, eu tenha de mudar muito”), como no item 8 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da

minha família”), dois participantes responderam “espero”, enquanto o restante respondeu “não tenho a certeza”. No item 4 (“Que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil para mim”), dois jovens responderam “não tenho a certeza”, e um respondeu “não espero”.

No item 9 (“Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas”) um participante respondeu “espero”, enquanto os restantes responderam “não tenho a certeza”. No item 5 (“Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/à meu/minha psicólogo/a”), as respostas foram dispersas sendo que um jovem indicou “espero”, outro indicou “não tenho a certeza” e o último respondeu “não espero”.

**Tabela 40.**

*Frequência das expectativas de processo, 18-21 Anos*

Item	Idade 18-21 (N=3)		
	Espero (N)	Não tenho a certeza (N)	Não Espero (N)
<b>Espero...</b>			
1. Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo	3		
2. Que para melhorar, eu tenha de mudar muito	2	1	
3. Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico	3		
4. Que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil para mim		2	1
5. Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/à meu/minha psicólogo/a	1	1	1
6. Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim	3		
7. Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico		3	
8. Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família	2	1	
9. Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas	1	2	

**Será que a idade dos adolescentes se relaciona com as suas expectativas iniciais,  
relativamente aos resultados terapêuticos?**

Mais uma vez, devido à escassez de participantes, não foi possível responder a esta questão. Deste modo, foram novamente realizadas as análises de estatística descritiva e frequências. Procedeu-se à divisão desta faixa etária em três grupos: jovens dos 12 aos 14 anos (N=4), dos 15 aos 17 anos (N=4), e dos 18 aos 21 anos (N=3).

**Expectativas de resultado dos jovens entre os 12 e os 14 anos**

A análise da estatística descritiva (Tabela 41) permite compreender que os jovens deste grupo esperam aprender a usar os seus pontos fortes (item 4), a melhorar a sua relação com o seu pai e/ou mãe (item 6), melhorar o seu comportamento a escola (item 7) e ter uma vida melhor. Estes resultados são notados pela média de respostas (3).

A média de resultados mais baixa é de 2,50 e relaciona-se com o item 1 (“Que o acompanhamento psicológico me ajude a lidar com pensamentos que me incomodam”), 2 (“Que o acompanhamento psicológico me ajude a resolver os meus problemas”), e 5 (“Que o acompanhamento psicológico me ajude a lidar com sentimentos dolorosos”). Tal indica que os adolescentes não têm a certeza que o acompanhamento os ajude a lidar com pensamentos que os incomodam, que os ajude a resolver os problemas e ajude a lidar com sentimentos dolorosos.

**Tabela 41.**

*Análise da estatística descritiva das expectativas de resultado, 12-14 anos*

						Desvio-
	Item	N	Mínimo	Máximo	Média	Padrão
1.	Lidar com pensamentos que incomodam	4	1	3	2,50	1,000
2.	Resolver problemas	4	2	3	2,50	,577
3.	Melhorar comportamento em casa	4	2	3	2,75	,500
4.	Usar pontos fortes	4	3	3	3,00	,000
5.	Lidar com sentimentos dolorosos	4	2	3	2,50	,577
6.	Melhorar a relação Pai/Mãe	4	3	3	3,00	,000
7.	Melhorar o comportamento na escola	4	3	3	3,00	,000
8.	Ter uma vida melhor	4	3	3	3,00	,000

A análise das frequências de resposta (Tabela 42) permite então compreender que todos os participantes responderam “espero” aos itens 4, 6, 7 e 8. Deste modo, os jovens deste grupo etário indicaram esperar que o acompanhamento os ajude a aprender a usar os seus pontos fortes, a melhorar a sua relação com o/a pai/mãe, a melhorar o seu comportamento na escola e a ter uma vida melhor. Três adolescentes responderam “espero” ao primeiro item, indicando que têm a expectativa que o acompanhamento os ajude a lidar com pensamentos que os incomodam (item 1). O restante participante respondeu “não espero” a este item.

Relativamente ao item 3, “a melhorar o comportamento em casa”, três jovens responderam “espero”, enquanto o restante respondeu “não tenho a certeza”. Tanto no item 2 (“resolver os meus problemas”) como no item 5 (“lidar com sentimentos dolorosos”), dois participantes responderam “espero” e dois responderam “não tenho a certeza”.

**Tabela 42.**

*Frequência das expectativas de resultado, 12-14 anos*

Item	12-14 Anos (N=4)		
	Espero (N)	Não tenho a certeza (N)	Não Espero (N)
Espero que o acompanhamento psicológico me ajude a...			
1. ...lidar com pensamentos que me incomodam	3		1
2. ...resolver os meus problemas	2	2	
3. ...melhorar o meu comportamento em casa	3	1	
4. ...aprender a usar os meus pontos fortes.	4		
5. ...lidar com sentimentos dolorosos	2	2	
6. ...minha relação com o/a meu/minha pai/ mãe	4		
7. ...melhorar o meu comportamento na escola	4		
8. ...ter uma vida melhor	4		



### Expectativas de resultado dos jovens entre os 15 e os 17 anos

A análise da Tabela 43 permite compreender, através do valor da média das respostas (3), que os jovens deste grupo esperam lidar com pensamentos que os incomodam (item 1), aprender a usar os seus pontos fortes (item 4), e ter uma vida melhor (item 8).

O valor mais baixo da média das respostas (2,25) indica ainda que os jovens deste grupo não têm a certeza se esperam melhorar a relação que têm como pai e/ou com a mãe.

**Tabela 43.**

*Análise da estatística descritiva das expectativas de resultado, 15-17 anos*

							Desvio-
	Item	N	Mínimo	Máximo	Média		Padrão
1.	Lidar com pensamentos que incomodam	4	3	3	3,00		,000
2.	Resolver problemas	4	2	3	2,50		,577
3.	Melhorar comportamento em casa	4	2	3	2,50		,577
4.	Usar pontos fortes	4	3	3	3,00		,000
5.	Lidar com sentimentos dolorosos	4	2	3	2,75		,500
6.	Melhorar a relação Pai/Mãe	4	1	3	2,25		,957
7.	Melhorar o comportamento na escola	4	2	3	2,50		,577
8.	Ter uma vida melhor	4	3	3	3,00		,000

Relativamente às expectativas de resultado, deste grupo (Tabela 44), todos os participantes responderam “espero” aos itens 1 (“lidar com pensamentos que me incomodam”), 4 (“aprender a usar os meus pontos fortes”) e 8 (“ter uma vida melhor”). Nos itens 2 (“resolver os meus problemas”), 3 (“Que melhorar o meu comportamento em casa”) e 7 (“a melhorar o meu comportamento na escola”), dois jovens responderam “espero”, enquanto os restantes dois responderam “não tenho a certeza”.

No que concerne o item 5 (“a lidar com sentimentos dolorosos”), três participantes responderam “espero” e o restante respondeu “não tenho a certeza”. Por fim, ao item 6 (“melhorar a minha relação com o/a meu/minha /pai/mãe”), dois jovens responderam “espero”, um respondeu “não tenho a certeza”, e o restante respondeu “não espero”.

**Tabela 44.***Frequência das expectativas de resultado, 15-17 Anos*

Item	15-17 Anos (N=4)		
	Espero	Não tenho a	Não Espero
psicológico me ajude ...	(N)	certeza (N)	(N)
1. ...lidar com pensamentos que me incomodam	4		
2. ...resolver os meus problemas	2	2	
3. ...melhorar o meu comportamento em	2	2	
4. ...aprender a usar os meus pontos fortes	4		
5. ...a lidar com sentimentos dolorosos	3	1	
6. ... melhorar a minha relação com o/a meu/minha pai/ mãe	2	1	1
7. ...melhorar o meu comportamento na escola	2	2	
8. ...ter uma vida melhor	4		

**Expectativas de resultado dos jovens entre os 18 e os 21 anos**

A análise da estatística descritiva (Tabela 45) permite compreender, através do valor mais elevado da média de respostas (3), que os jovens deste grupo esperam lidar com pensamentos que os incomodam (item 1), aprender a usar os seus pontos fortes (item 4), e ter uma vida melhor (item 8). A mesma tabela indica o valor da média de respostas mais baixo como sendo ,67. Tal indica que, os jovens que integram este grupo, não esperam melhorar o seu comportamento na escola (item 7).

**Tabela 45.***Análise da estatística descritiva das expectativas de resultado, 18-21 anos*

	Item	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio-Padrão
1.	Lidar com pensamentos que incomodam	3	3	3	3,00	,000
2.	Resolver problemas	3	2	3	2,67	,577
3.	Melhorar comportamento em casa	3	1	3	2,33	1,155
4.	Usar pontos fortes	3	3	3	3,00	,000
5.	Lidar com sentimentos dolorosos	3	2	3	2,33	,577
6.	Melhorar a relação Pai/Mãe	3	1	3	2,00	1,000
7.	Melhorar o comportamento na escola	3	0	1	,67	,577
8.	Ter uma vida melhor	3	3	3	3,00	,000

Por fim, no que se refere às expectativas de resultado, considerando a variável idade, grupo dos 18 aos 21 anos (Tabela 46), todos os participantes responderam “espero” aos itens 1 (“lidar com pensamentos que me incomodam”), 4 (“aprender a usar os meus pontos fortes”) e 8 (“ter uma vida melhor”). Dois jovens indicaram esperar que o acompanhamento psicológico os ajude a resolver os seus problemas (item 2), O restante participante respondeu “não tenho a certeza”.

Relativamente ao item 3 (“melhorar o meu comportamento em casa”), dois jovens responderam “Espero”, enquanto o restante indicou “não espero”. No que concerne o item 5 (“lidar com pensamentos dolorosos”), um participante indicou “espero”, e dois indicaram “não tenho a certeza”. No item 6 (“a melhorar a minha relação com o/a meu/minha pai/mãe”), as respostas dos participantes dispersaram-se pelas opções, sendo que cada um respondeu “espero”, “não tenho a certeza”, e “não espero”. Dois jovens indicaram não esperar que o acompanhamento psicológico os ajude a melhorar o comportamento na escola (item 7). Um participante não respondeu à questão.

**Tabela 46.**

*Frequência das expectativas de resultado, 18-21 anos*

Item	18-21 Anos (N=3)			
	Espero (N)	Não tenho a certeza (N)	Não Espero (N)	Omisso (N)
<b>Espero que o acompanhamento psicológico me ajude a...</b>				
1. ...lidar com pensamentos que me incomodam	3			
2. ... resolver os meus problemas	2	1		
3....melhorar o meu comportamento em casa	2		1	
4. ...aprender a usar os meus pontos fortes.	3			
5. ...lidar com sentimentos dolorosos	1	2		
6. ...melhorar a minha relação com o/a meu/minha pai/ mãe	1	1	1	
7....melhorar o meu comportamento na escola			2	1
8. ...ter uma vida melhor	3			

**Quais as expectativas iniciais relativamente ao processo terapêutico, considerando a variável acompanhamento por iniciativa própria?**

A análise da estatística descritiva permitiu compreender que os jovens esperam que o/a psicólogo/a não comunique aos outros o que lhe é confiado (item 1), que seja necessário mudar muito para melhorar (item 2), trabalhar em conjunto com o/a psicólogo/a (item 3) e sentir-se confortável para dizer ao/à terapeuta (item 6). Tal é notório pois a média das respostas a estes itens é de 3.

A média de respostas mais baixa é de 1,60. Estes resultados indicam que os participantes parecem ainda não ter a certeza se esperam que o acompanhamento será algo que os ajudará (item 4). Do mesmo modo, não têm a certeza se esperam ser cuidadosos com o que dizem ao/à psicólogo/a (item 5).

**Tabela 47.**

*Análise da estatística descritiva das expectativas de processo, iniciativa própria*

	<b>Item</b>	<b>N</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>	<b>Média</b>	<b>Desvio-Padrão</b>
1.	Não diga a outros	5	2	3	2,80	,447
2.	Para melhorar é preciso mudar	5	2	3	2,80	,447
3.	Trabalho em Conjunto	5	2	3	2,80	,447
4.	Trabalho Difícil	5	1	2	1,60	,548
5.	Ser cuidadoso com o que digo	5	1	2	1,60	,548
6.	Confortável dizer não está a ajudar	5	2	3	2,80	,447
7.	Pensamentos e sentimentos difíceis	5	1	2	1,80	,447
8.	Respeite costumes e origens	5	2	3	2,60	,548
9.	Acompanhamento única ajuda	5	2	3	2,60	,548

Através da análise das frequências de resposta (Tabela 48) é possível verificar que, nos itens 1 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo”), 2 (“Que para melhorar, eu tenha de mudar muito”), 3 (“Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico”), e 6 (“Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim”), quatro participantes responderam “espero”, enquanto o restante respondeu “não tenho a certeza”. Estes resultados sugerem que a maioria dos adolescentes deste grupo espera confidencialidade, o que pode indicar algum nível de confiança no terapeuta (Bickman et al., 2010). Sugerem ainda um elevado nível motivacional e/ou baixo conhecimento acerca do acompanhamento, a expectativa de um papel activo durante o processo, e disponibilidade para colaborar com o/a psicólogo/a (Bickman et al., 2010).

Nos itens 4 (“Que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil para mim”) e 5 (“Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/à meu/minha psicólogo/a”), três jovens responderam “não tenho a certeza”, o que sugere incerteza acerca da participação no processo. Nos mesmos itens, dois participantes responderam “não espero”, o que sugere um baixo nível de motivação e/ou pouco conhecimento acerca do processo, confiança relativamente ao/à psicólogo/a (Bickman et al., 2010).

Nos itens 8 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família”) e 9 (“Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas”), três adolescentes responderam “espero”, e os restantes responderam “não tenho a certeza”. Quatro participantes indicaram não ter a certeza de esperar ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis devido às sessões (item 7). Face ao mesmo item, um participante respondeu “não espero”. Estas respostas sugerem falta de compreensão e/ou de conhecimento acerca do processo (Bickman et al., 2010).

**Tabela 48.***Frequência das expectativas de processo, iniciativa própria*

Item	Iniciativa do Próprio (N=5)		
	Espero (N)	Não tenho a certeza (N)	Não Espero (N)
<b>Espero...</b>			
1. Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo	4	1	
2. Que para melhorar, eu tenha de mudar muito	4	1	
3. Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico	4	1	
4. Que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil para mim		3	2
5. Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/à meu/minha psicólogo/a		3	2
6. Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim	4	1	
7. Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico		4	1
8. Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família	3	2	
9. Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas	3	2	

**Quais as expectativas iniciais relativamente aos resultados terapêuticos, considerando a variável acompanhamento por iniciativa própria?**

A análise da estatística descritiva (Tabela 49) permite compreender que os jovens esperam aprender a usar os seus pontos fortes, e esperam ter uma vida melhor (item 4), e esperam que o acompanhamento os ajude a ter uma vida melhor (item 8), pois a média de respostas nestes itens é 3. Adicionalmente, é possível perceber que a maioria dos

participantes ou não tem a certeza, não espera, ou omitiu a resposta, relativamente à mudança de comportamento na escola, pois a média de respostas a este item é de 1,60.

**Tabela 49.**

*Análise da estatística descritiva das expectativas de resultado, iniciativa própria*

	Item	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio-Padrão
1.	Lidar com pensamentos que incomodam	5	1	3	2,60	,894
2.	Resolver problemas	5	2	3	2,20	,447
3.	Melhorar comportamento em casa	5	1	3	2,00	,707
4.	Usar pontos fortes	5	3	3	3,00	,000
5.	Lidar com sentimentos dolorosos	5	2	3	2,40	,548
6.	Melhorar a relação Pai/Mãe	5	1	3	2,00	1,000
7.	Melhorar o comportamento na escola	5	0	3	1,60	1,140
8.	Ter uma vida melhor	5	3	3	3,00	,000

Todos adolescentes que se encontravam a receber acompanhamento por iniciativa própria responderam “espero” aos itens 4 (“aprender a usar os meus pontos fortes”), e 8 (“ter uma vida melhor”). Quatro participantes indicaram esperar que o acompanhamento os ajudasse a lidar com pensamentos que os incomodam (item 1), sendo que o restante indicou “não espero” nesse item. Um participante indicou esperar que o acompanhamento o ajudasse a resolver os seus problemas (item 2), enquanto os restantes quatro indicaram não ter a certeza, nesse item.

No item 3 (“aprender a usar os meus pontos fortes”), um dos adolescentes indicou “espero”, três responderam “não tenho a certeza” e o restante indicou “não espero”. Dois participantes responderam “espero” no item 5 (“lidar com sentimentos dolorosos”), enquanto os restantes responderam “não tenho a certeza”.

Dois participantes indicaram esperar que o acompanhamento os ajude a melhorar a sua relação com o pai ou com a mãe (item 6). Nesse mesmo item, um dos participantes respondeu “não tenho a certeza”, e os restantes dois indicaram “não espero”. Por fim, relativamente ao item 7 (“melhorar o meu comportamento na escola”), um participante indicou “espero”, outro indicou “não espero”, e dois indicaram “Não tenho a certeza”. Um dos jovens não respondeu a este item.

**Tabela 50.**

*Frequência das expectativas de resultado dos participantes em acompanhamento por iniciativa própria*

Item	Iniciativa			
	Própria (N=5)			
Espero que o acompanhamento psicológico me ajude a...	Espero (N)	Não tenho a certeza (N)	Não Espero (N)	Omisso (N)
1. ...lidar com pensamentos que me incomodam	4		1	
2. ...resolver os meus problemas	1	4		
3. ...melhorar o meu comportamento em casa	1	3	1	
4. ...aprender a usar os meus pontos fortes.	5			
5. ...lidar com sentimentos dolorosos	2	3		
6. ...melhorar a minha relação com o meu/minha pai/ mãe	2	1	2	
7....melhorar o meu comportamento na escola	1	2	1	1
8. ... ter uma vida melhor	5			

**Quais as expectativas iniciais dos adolescentes relativamente ao processo terapêutico, considerando a variável acompanhamento por iniciativa de terceiros?**

A análise da estatística descritiva permite compreender que os jovens esperam trabalhar em conjunto com o/a psicólogo/a, (item 3), e que o profissional respeite os costumes e origens culturais (item 8). Tal é perceptível pois a média de respostas deste item é 3.

O valor mais baixo de médias de resposta é de 1,50 e refere-se ao item 4. Este valor sugere que os participantes não têm a certeza se o acompanhamento será um trabalho difícil (Bickman et al., 2010).



**Tabela 51.***Análise da estatística descritiva das expectativas de processo, iniciativa de terceiros*

	Item	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio- Padrão
1.	Não diga a outros	6	2	3	2,83	,408
2.	Para melhorar é preciso mudar	6	2	3	2,33	,516
3.	Trabalho em Conjunto	6	3	3	3,00	,000
4.	Trabalho Difícil	6	1	2	1,50	,548
5.	Ser cuidadoso com o que digo	6	1	3	2,17	,983
6.	Confortável dizer não está a ajudar	6	2	3	2,83	,408
7.	Pensamentos e sentimentos difíceis	6	1	3	1,67	,816
8.	Respeite costumes e origens	6	3	3	3,00	,000
9.	Acompanhamento única ajuda	6	1	3	2,50	,837

A análise das frequências de resposta (Tabela 52) permite compreender que todos os participantes indicaram esperar trabalhar em conjunto com o/a psicólogo/a (item 3), tal como esperar que o/a psicólogo/a respeite os seus costumes e origens culturais (item 8). Nos itens 1 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo”) e 6 (“Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me”), cinco participantes responderam “espero”, enquanto o restante respondeu “não tenho a certeza”. Estes resultados sugerem que a maioria dos jovens deste grupo esperam confidencialidade, o que pode indicar algum nível de confiança no terapeuta, e esperam colaborar com o/a psicólogo/a (Bickman et al., 2010).

Enquanto dois adolescentes referiram esperar ter de mudar muito para melhorar (item 2), quatro jovens responderam “não tenho a certeza”. Três participantes indicaram não ter a certeza se estar no acompanhamento será um trabalho difícil (item 4), e três jovens referiram que não esperam que seja um trabalho difícil, o que sugere um baixo nível de motivação e/ou pouco conhecimento acerca do processo (Bickman et al., 2010). No item 5 (“Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/à meu/minha psicólogo/a”), três participantes responderam “espero”, um respondeu “não tenho a certeza” e dois responderam “não espero”. No item 7 (“Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões”), um jovem indicou “espero”, dois responderam “não tenho a certeza”, e os restantes três referiram “não espero”. Por fim, no item 9 (“Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus

problemas”), quatro participantes responderam “espero”, um respondeu “não tenho a certeza”, e o restante respondeu “não espero”.

**Tabela 52.**

*Frequência das expectativas de processo, iniciativa de terceiros*

Item	Iniciativa de Terceiros (N=6)		
	Espero (N)	Não tenho a certeza (N)	Não Espero (N)
<b>Espero...</b>			
1. Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo	5	1	
2. Que para melhorar, eu tenha de mudar muito	2	4	
3. Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico	6		
4. Que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil para mim		3	3
5. Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/à meu/minha psicólogo/a	3	1	2
6. Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim	5	1	
7. Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento	1	2	3
8. Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família	6		
9. Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus	4	1	1

**Quais as expectativas iniciais relativamente aos resultados terapêuticos, considerando a variável acompanhamento por iniciativa de terceiros?**

Ao analisar a estatística descritiva (Tabela 53), conclui-se que, ao longo do processo, todos os participantes esperam lidar com pensamentos que os incomodam (item 1), melhorar o comportamento em casa (item 3), aprender a usar os seus pontos fortes (item 4), e que o acompanhamento os ajude a ter uma vida melhor (item 8), pois a média de respostas a estes itens é de 3. As restantes médias de resposta são elevadas, variando entre 2,67 e 2,83, o que indica que a maioria dos participantes espera a concretização dos outros itens que compõem a escala.

**Tabela 53.**

*Análise da estatística descritiva das expectativas de resultado, iniciativa de terceiros*

	Item	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio-Padrão
1.	Lidar com pensamentos que incomodam	6	3	3	3,00	,000
2.	Resolver problemas	6	2	3	2,83	,408
3.	Melhorar comportamento em casa	6	3	3	3,00	,000
4.	Usar pontos fortes	6	3	3	3,00	,000
5.	Lidar com sentimentos dolorosos	6	2	3	2,67	,516
6.	Melhorar a relação Pai/Mãe	6	2	3	2,83	,408
7.	Melhorar o comportamento na escola	6	1	3	2,67	,816
8.	Ter uma vida melhor	6	3	3	3,00	,000

Ao analisar as frequências de resposta (Tabela 54) é possível compreender que todos os participantes responderam “espero” aos itens 1 (“lidar com os pensamentos que me incomodam”), 3 (“melhorar o meu comportamento em casa”), 4 (“aprender a usar os meus pontos fortes”) e 8 (“ter uma vida melhor”). Nos itens 2 (“resolver os meus problemas”) e 6 (“lidar com sentimentos dolorosos”), cinco participantes responderam “espero”, enquanto o restante respondeu “não tenho a certeza”.

Cinco participantes indicaram esperar que o acompanhamento psicológico os ajude a melhorar o comportamento na escola (item 7), um dos jovens não espera este tipo de ajuda. Por fim, quatro participantes esperam que o acompanhamento os ajude a lidar com sentimentos dolorosos (item 5), enquanto que dois adolescentes indicaram não ter a certeza de esperar este tipo de ajuda.

**Tabela 54.***Frequência das expectativas de resultados, iniciativa de terceiros*

Item	Iniciativa Terceiros (N=6)		
	Espero (N)	Não tenho a certeza (N)	Não Espero (N)
Espero que o acompanhamento psicológico me ajude a...			
1. ...lidar com pensamentos que me incomodam	6		
2. ... resolver os meus problemas	5	1	
3....melhorar o meu comportamento em casa	6		
4. ...aprender a usar os meus pontos fortes.	6		
5....lidar com sentimentos dolorosos	4	2	
6. ...melhorar a minha relação com o meu/minha pai/ mãe	5	1	
7....melhorar o meu comportamento na escola	5		1
8. ...ter uma vida melhor	6		

**Será que existem diferenças nas expectativas dos adolescentes relativamente ao processo terapêutico, em diferentes momentos do acompanhamento psicológico (antes de iniciarem o processo, a meio do processo e no fim do mesmo)?**

Como mencionado anteriormente, um participante desistiu após a quinta sessão, tendo sido possível realizar a recolha das suas expectativas no início, e a meio do acompanhamento. Para a simplificação da exposição dos dados, a partir deste momento, este será referido como participante 1. Apenas dois participantes completaram o acompanhamento. Doravante serão referidos como participante 2 e 3.

Nesta secção, proceder-se-á à análise qualitativa das expectativas apresentadas por estes participantes, nos diferentes momentos do acompanhamento.

## **Participante 1**

Esta participante é do sexo feminino e pertence ao grupo etário dos 12 aos 14 anos. Encontrava-se em acompanhamento por perturbação de humor/depressão e problemas relacionais. Não era a primeira vez que estava a ser acompanhada, sendo que recebeu o primeiro acompanhamento aos 13 anos. Não recorreu à terapia por iniciativa própria.

O profissional que a acompanhou tinha 9 anos de experiência e recorria a uma abordagem dinâmica.

A Tabela 55 ilustra as expectativas de processo desta participante, tanto na primeira sessão, como na quinta (assinalada Xa). A análise da tabela permite compreender que as expectativas da jovem não sofreram alterações entre o primeiro e o segundo momento de avaliação.

De acordo com Bickman et al. (2010), os dados indicam que a jovem espera confidencialidade, o que pode indicar algum nível de confiança no terapeuta, tendo respondido “espero” ao item 1 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo”). A adolescente também aparenta ter a expectativa de um papel activo durante o processo, considerando ter respondido “espero” ao item 3 (“Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico”). A resposta “espero” ao item 5 (“Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/a meu/minha psicólogo/a”), pode indicar falta de confiança ou incerteza relativamente ao/a psicólogo/a ou ao processo (Bickman et al., 2010). Igualmente, a jovem respondeu “espero” ao item 6 (“Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim”), o que pode indicar que espera colaborar com o/ psicólogo/a (Bickman et al., 2010). A adolescente respondeu ainda “espero” aos itens 8 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família”), e 9 (“Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas”).

A participante respondeu “não tenho a certeza” aos itens 2 (“Que para melhorar, eu tenha de mudar muito”), 4 (“Que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil para mim”) e 7 (“Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico”). Estas respostas indicam que a jovem não tem a certeza se terá de realizar grandes mudanças para melhorar (Bickman et al., 2010). Representam ainda incerteza se a participação no processo envolverá trabalho árduo e incerteza acerca do acompanhamento, nomeadamente se a fará sentir desconfortável (Bickman et al., 2010).

**Tabela 55.***Frequência das expectativas de processo da participante 1*

Item	Expectativas de Processo		
	Espero	Não tenho a certeza	Não Espero
Espero...			
1. Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo	X Xa		
2. Que para melhorar, eu tenha de mudar muito		X Xa	
3. Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico	X Xa		
4. Que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil para mim		X Xa	
5. Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/à meu/minha psicólogo/a	X Xa		
6. Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim	X Xa		
7. Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico		X Xa	
8. Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família	X Xa		
9. Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas	X Xa		

Nota: X = dados referentes à primeira sessão.

Xa = dados referentes à quinta sessão.

## **Participante 2**

A participante é do sexo feminino e encontra-se na faixa dos 15 aos 17 anos. A jovem foi acompanhada pela primeira vez aos 11 anos. O acompanhamento actual deveu-se a uma perturbação específica do neurodesenvolvimento, perturbação de hiperactividade e défice de atenção, sendo que a jovem começou o processo por iniciativa própria. Foi acompanhada por um profissional com dezassete anos de experiência, e com abordagem integrativa.

### **Expectativas de processo**

A análise da frequência das respostas (Tabela 56) permite compreender que, ao longo do acompanhamento, algumas das suas expectativas se mantiveram estáveis pois respondeu da mesma forma nos diferentes momentos. Esta estabilidade verificou-se especialmente no item 1 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo”), no item 3 (“Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a,”), 6 (“Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me”), 8 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família”) e 9 (“Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas”). A adolescente respondeu “espero” todos estes itens indicando que espera confidencialidade, podendo ainda sugerir algum nível de confiança no terapeuta (Bickman et al., 2010). Igualmente, pode conferir a ideia de que a jovem espera colaborar com o/a psicólogo/a, tendo um papel activo no processo (Bickman et al., 2010).

Também houve estabilidade de respostas nos itens 5 (“Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/à meu/minha psicólogo/a”) e 7 (“Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões”), indicando “não espero”. Estes dados sugerem que a jovem tem confiança no/a psicólogo/a, no entanto, também sugerem alguma falta de compreensão e/ou conhecimento acerca do processo (Bickman et al., 2010).

Na primeira sessão, a jovem indicou não ter a certeza se estar no acompanhamento seria um trabalho difícil. Estas expectativas alteraram-se, sendo que nas sessões seguintes sendo que a jovem passou a não esperar que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil. Do mesmo modo, aquando a primeira recolha de dados, a adolescente indicou esperar ter de mudar muito para melhorar. Nos momentos de avaliação seguintes, esta

expectativa mudou, sendo que a participante passou a não esperar ter de mudar muito para melhorar.

**Tabela 56.**

*Frequência das expectativas de processo, participante 2*

Item	Expectativas de Processo		
	Espero	Não tenho a certeza	Não Espero
Espero...			
1. Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo	X Xa Xb		
2. Que para melhorar, eu tenha de mudar muito	X		Xa Xb
3. Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico	X Xa Xb		
4. Que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil para mim		X	Xa Xb
5. Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/à meu/minha psicólogo/a			X Xa Xb
6. Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim	X Xa Xb		
7. Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico			X Xa Xb
8. Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família	X Xa Xb		
9. Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas	X Xa Xb		

Nota: X = dados referentes à primeira sessão. Xa = dados referentes à quinta sessão.

Xb = dados referentes à última sessão



### **Participante 3**

Esta participante é do sexo feminino e insere-se no grupo etário dos 15 aos 17 anos. Esta jovem recorreu ao acompanhamento por iniciativa própria, devido a questões relacionais. Foi acompanhada por uma estagiária académica da área cognitiva-comportamental. Este não se tratou do seu primeiro acompanhamento, tendo recorrido à terapia anteriormente, aos 13 anos.

### **Expectativas de Processo**

A análise da Tabela 57, na qual estão descritas as expectativas de processo, permite compreender as mudanças registadas ao longo dos diferentes momentos do acompanhamento. A resposta aos itens 1 manteve-se inalterada, indicando que a jovem espera confidencialidade, o que pode indicar algum nível de confiança no terapeuta (Bickman et al., 2010). Também a resposta ao item 5 se manteve a mesma ao longo do processo, denotando incerteza se será cuidadoso com o que partilhará com o/a psicólogo/a (Bickman et al., 2010).

No primeiro momento de avaliação, a participante respondeu “espero” ao item 2 (“Que para melhorar, eu tenha de mudar muito”) o que pode sugerir um elevado nível motivacional e/ou baixo conhecimento acerca do acompanhamento (Bickman et al., 2010). Também respondeu “espero” ao item 3 (“Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico”), o que pode indicar a expectativa de um papel activo durante o processo (Bickman et al., 2010). A expectativa de se sentir confortável para dizer que o acompanhamento psicológico não está a ajudar (item 6) pode indicar que espera colaborar com o/a psicólogo/a (Bickman et al., 2010).

Também respondeu “espero” aos itens 8 (“Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família”) e 9 (“Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas”). No item 7 (“Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico”), a jovem respondeu “não tenho a certeza”. No item 4 (“Que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil para mim”), a participante respondeu “não espero o que pode sugerir um baixo nível de motivação e/ou pouco conhecimento acerca do processo (Bickman et al., 2010). No segundo momento de avaliação, verificou-se uma alteração nas expectativas, nomeadamente nos itens 2, 3, 6 e 8, aos quais a jovem passou a responder “não tenho a certeza”. As respostas dos itens 7 e 9 passaram a ser “não espero. Do mesmo modo, verificaram-se mudanças

nas expectativas, aquando o terceiro momento de avaliação. Especificamente, as respostas aos itens 2, 3 e 8 passaram a ser “espero”, sendo que estas correspondem às primeiras a estas questões. A resposta do item 4 passou de “não espero” para “não tenho a certeza”. A resposta ao item 7 também passou a ser a inicial, “não tenho a certeza”.

**Tabela 57.**

*Frequência das expectativas de processo da participante 3*

Item	Expectativas de Processo		
	Espero	Não tenho a certeza	Não Espero
<b>Espero...</b>			
<b>1. Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo</b>	X Xa Xb		
<b>2. Que para melhorar, eu tenha de mudar muito</b>	X Xb	Xa	
<b>3. Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico</b>	X Xb	Xa	
<b>4. Que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil para mim</b>		Xb	X Xa
<b>5. Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/à meu/minha psicólogo/a</b>		X Xa Xb	
<b>6. Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim</b>	X	Xa Xb	
<b>7. Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico</b>		X Xb	Xa
<b>8. Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família</b>	X Xb	Xa	
<b>9. Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas</b>	X Xb		Xa

Nota: X = dados referentes à primeira sessão. Xa = dados referentes à quinta sessão.

Xb = dados referentes à última sessão

**Será que existem diferenças nas expectativas dos adolescentes relativamente aos resultados do processo terapêutico, em diferentes momentos do acompanhamento psicológico (antes de iniciarem o processo, a meio do processo e no fim do mesmo)?**

### **Participante 1**

As expectativas de resultado da participante estão ilustradas na Tabela 58. A análise dos dados permite concluir que, tal como nas expectativas de processo, não se registaram mudanças nas respostas da jovem, da primeira para a segunda aplicação da escala. Adicionalmente, destaca-se que a adolescente respondeu “espero” a todos os itens. Seguindo as directrizes dos autores para o cálculo do nível das expectativas, verifica-se que, tanto no início do acompanhamento, como na quinta sessão, a jovem obteve um valor de expectativa de 3.

**Tabela 58.**

*Frequência das expectativas de resultado da participante 1*

<b>Item</b>	<b>Expectativas de Resultado</b>		
	<b>Espero</b>	<b>Não tenho a certeza</b>	<b>Não Espero</b>
<b>Espero que o acompanhamento me ajude a...</b>			
<b>1. ...lidar com pensamentos que me incomodam</b>	X Xa		
<b>2. ...resolver os meus problemas</b>	X Xa		
<b>3. ...melhorar o meu comportamento em casa</b>	X Xa		
<b>4. ...a aprender a usar os meus pontos fortes.</b>	X Xa		
<b>5. ...lidar com sentimentos dolorosos</b>	X Xa		
<b>6. ...melhorar a minha relação com o meu/minha pai/ mãe</b>	X Xa		
<b>7. ...melhorar o meu comportamento na escola</b>	X Xa		
<b>8. ...ter uma vida melhor</b>	X Xa		

Nota: X = dados referentes à primeira sessão. Xa = dados referentes à quinta sessão.

## **Participante 2**

A análise da Tabela 59, na qual estão representadas as respostas da jovem nos diferentes momentos de avaliação indicam que, tal como aconteceu com alguns itens das expectativas de processo, também algumas expectativas de resultado se mantiveram inalteradas. Em particular, a jovem respondeu sempre “espero” aos itens 1 (“lidar com pensamentos que me incomodam”) e 4 (“aprender a usar os meus pontos fortes.”).

No primeiro momento de avaliação, a participante respondeu “não tenho a certeza”, aos itens 2 (“resolver os meus problemas”), 3 (“melhorar o meu comportamento em casa”), 5, (“lidar com sentimentos dolorosos”), 6 (“melhorar a minha relação com o meu/minha pai/ mãe”), e 7 (“melhorar o meu comportamento na escola”). Ao item 8 (“ter uma vida melhor”), respondeu “espero”.

No segundo momento de avaliação, a jovem omitiu a resposta ao item 3, e respondeu “Espero” ao item 5, e “Não Espero” ao item 8. As outras respostas mantiveram-se inalteradas. Do segundo para o terceiro momento de avaliação, verificaram-se algumas mudanças. Especificamente, a adolescente respondeu “Espero” aos itens 2 e 8, “Não tenho a certeza” ao item 3, e “Não espero” aos itens 6 e 7.

Seguindo as directrizes dos autores para o cálculo do nível da expectativa da jovem, verificou-se que na primeira sessão, o valor de expectativa da jovem era de 2,37. Na quinta sessão, este valor desceu para 2. Na última sessão, este valor voltou ao original (2,37).

**Tabela 59.***Frequência das expectativas de resultados, participante 2*

Item	Expectativas de			
	Resultado			
Espero que o acompanhamento me ajude a...	Espero	Não tenho a certeza	Não Espero	Omisso
1. ...lidar com pensamentos que me incomodam	X Xa Xb			
2. ...resolver os meus problemas	Xb	X Xa		
3. ...melhorar o meu comportamento em casa		X Xb		Xa
4. ...aprender a usar os meus pontos fortes.	X Xa Xb			
5. ...lidar com sentimentos dolorosos	Xa Xb	X		
6. ...melhorar a minha relação com o meu/minha pai/ mãe		X Xa	Xb	
7. ...melhorar o meu comportamento na escola		X Xa	Xb	
8. ...ter uma vida melhor	X Xb		Xa	

Nota: X = dados referentes à primeira sessão. Xa = dados referentes à quinta sessão.

Xb = dados referentes à última sessão

### Participante 3

A análise da Tabela 60 permite compreender que, aquando o primeiro momento de avaliação, a jovem respondeu “espero” aos itens 1 (“lidar com pensamentos que me incomodam”), 4 (“aprender a usar os meus pontos fortes.”), 5 (“lidar com sentimentos dolorosos”) e 8 (“ter uma vida melhor”). A participante respondeu “não tenho a certeza” aos itens 2 (“resolver os meus problemas”), 3 (“melhorar o meu comportamento em casa”) e 7 (“melhorar o meu comportamento na escola”). Por fim, a jovem respondeu “não espero” ao item 6 (“melhorar a minha relação com o meu/minha pai/ mãe”).

No segundo momento de avaliação, verificaram-se algumas mudanças nestas expectativas, nomeadamente, nos itens 1, 4 e 5, cujas respostas passaram a ser “não tenho a certeza”. Também a resposta ao item 6 se alterou para “não tenho a certeza”. Por fim, a resposta ao item 7 foi modificada para “espero”.

No último momento de avaliação só foi modificada a resposta dos três primeiros itens do índice. Em todas estas questões as expectativas voltaram a ser as iniciais “espero”.

Seguindo as directrizes dos autores para o cálculo do valor de expectativa dos jovens verificou-se que, na é possível compreender que na primeira sessão as expectativas da participante, o valor das suas expectativas era de 2,25. Na segunda sessão, este valor baixou para 2. Na última sessão, o valor das suas expectativas foi de 2,62.

**Tabela 60.***Frequência das expectativas de resultado, participante 3*

Item	Expectativas de		
	Resultado		
Espero que o acompanhamento psicológico me ajude a...	Espero	Não tenho a certeza	Não Espero
1. ... lidar com pensamentos que me incomodam	X Xb	Xa	
2. ... resolver os meus problemas	Xb	X Xa	
3. ... melhorar o meu comportamento em casa	Xb	X Xa	
4. ... aprender a usar os meus pontos fortes.	X	Xa Xb	
5. ... lidar com sentimentos dolorosos	X	Xa Xb	
6. ... melhorar a minha relação com o meu/minha pai/ mãe		Xa Xb	X
7. ... melhorar o meu comportamento na escola	Xa Xb	X	
8. ...ter uma vida melhor	X Xa Xb		

Nota: X = dados referentes à primeira sessão. Xa = dados referentes à quinta sessão.

Xb = dados referentes à última sessão

## 5. Discussão

Esta investigação pretendeu aprofundar os conhecimentos existentes sobre as expectativas dos jovens acerca do processo e resultados do acompanhamento psicológico, tal como a sua evolução ao longo do mesmo. Apesar deste tema ter sido estudado com alguma frequência, em adultos, desde década de 1950, a literatura existente para jovens de nacionalidade portuguesa ainda é relativamente escassa. Adicionalmente, embora os instrumentos tenham sido utilizados em estudos no estrangeiro (e.g., Dew-Reeves & Athay, 2012), as questões de investigação não eram semelhantes às propostas neste trabalho. Assim, os instrumentos utilizados para a recolha de dados foram traduzidos e adaptados para português no âmbito da presente investigação, na procura da exploração de questões menos estudadas com os jovens portugueses.

Para este efeito, foram estabelecidas questões de investigação que visam a análise de possíveis relações entre as expectativas e diversas variáveis demográficas, nomeadamente, idade, sexo, desistência do processo, acompanhamento prévio, problemática trabalhar nas sessões, e a abordagem terapêutica do psicólogo. No entanto, o número limitado de participantes, e a dispersão de factores relacionados com algumas variáveis (e.g. dispersão das problemáticas apresentadas pelos jovens) impossibilitou análises quantitativas de relação entre as mesmas. Deste modo, as questões relacionadas com as problemáticas e a orientação teórica do psicólogo não puderam ser analisadas e respondidas, tendo sido retiradas. Desta forma, para estudar os dados, realizaram-se análises de estatística descritiva e efectuaram-se comparações de carácter qualitativo.

Contudo, devido à importância que a literatura confere à idade, ao abordar a temática das expectativas (e.g., Dollinger & Thelen 1978; Garland & Zigler, 1994; Stewart et al., 2014; Tinsley & Harris, 1976), considerou-se importante medir essas variáveis, mesmo que não fosse possível fazê-lo como se pretendia inicialmente. Assim, as questões relativas à idade foram modificadas de forma a poder realizarem-se análises de frequências dos dados. A versão final das questões é: “Será que existem diferenças nas expectativas dos adolescentes relativamente ao processo terapêutico, considerando a variável idade?” e “Será que existem diferenças nas expectativas relativamente aos resultados terapêuticos, considerando a variável idade?”.

Neste capítulo proceder-se-á à exploração dos resultados obtidos atentando os objectivos e questões de investigação. Devido ao escasso número de participantes, todas



as conclusões que serão apresentadas deverão ser consideradas apenas como representantes da amostra estudada, e não como representativas da população em geral.

A primeira questão de investigação prendeu-se com as expectativas dos adolescentes relativamente ao processo terapêutico, antes de iniciarem o acompanhamento psicológico. Os participantes do estudo indicaram esperar que o/a psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhes é dito, o que poderá ilustrar a importância que a confidencialidade tem para os jovens, tal como foi salientada por Surf e Lynch (1999) e Miguel (2011). Apesar de terem indicado esperar confidencialidade, alguns adolescentes também indicaram estar incertos face à possibilidade de serem cuidadosos relativamente ao que dizem ao/a psicólogo/a. Esta incerteza pode dever-se ao facto destas expectativas terem sido recolhidas antes do início do acompanhamento e, embora esperem confidencialidade, os jovens necessitem de conhecer o terapeuta antes de garantirem a sua confiança no profissional. Com efeito, Miguel (2011) concluiu que os jovens demonstram alguma vergonha e receio em expor os seus problemas e dificuldades a alguém que consideram um desconhecido. No entanto, mesmo antes de iniciarem o processo, existe a expectativa de se sentirem confortáveis o suficiente para dizerem ao terapeuta que o acompanhamento psicológico não está a ajudar, e para esperarem não só que o/a psicólogo/a respeite os seus costumes, como também esperarem trabalhar em conjunto com o profissional. Estas expectativas vão ao encontro das conclusões de Miguel (2011), e Tinsley e Harris (1976). Segundo os autores, os adolescentes tendem a considerar que o terapeuta é um profissional aceite e compreensivo, no qual podem confiar sem medo de serem julgados.

Os jovens indicaram “não espero” ou incerteza de que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil, e esperam que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda da qual necessitam para lidar com os problemas. Ao mesmo tempo, indicaram incerteza relativamente à expectativa de se sentirem desconfortáveis devido ao acompanhamento, e.g., ter pensamentos e sentimentos difíceis devido às sessões, o que poderá sugerir alguma falta de compreensão e/ou de conhecimento acerca do processo (Bickman et al., 2010).

A segunda questão de investigação relacionou-se com as expectativas de resultado dos adolescentes, antes de iniciarem o acompanhamento psicológico. Seguindo as directrizes para o cálculo do nível das expectativas de resultado, fornecidas por Bickman et al. (2010), foi possível compreender que todos os participantes têm, no início do processo, expectativas de resultado que se situam entre o nível médio e o elevado. Assim,

de acordo com a interpretação dos autores, os adolescentes esperam resultados positivos do acompanhamento psicológico. Bickman et al. (2010) sugerem ainda que os jovens que avaliam as suas expectativas como elevadas antecipam um impacto positivo do acompanhamento na relação com os pais, tal como nos seus pensamentos, sentimentos e comportamentos, na sua capacidade de *coping* e no seu funcionamento em termos gerais.

A presença destas expectativas pode indicar motivação e investimento no processo terapêutico (Bickman et al., 2010). Estes resultados são diferentes dos existentes até ao momento nos quais os participantes, com idades compreendidas entre os 11 e os 13 anos, demonstraram ter uma opinião mais negativa sobre o processo terapêutico antes de o iniciarem (Batista, 2010). Assim, antes de iniciarem o acompanhamento psicológico, todos os jovens indicaram esperar que este os ajude a aprender a usar os seus pontos fortes e a ter uma vida melhor. Também se verificou que os adolescentes esperam aprender a lidar com pensamentos que os incomodam, melhorar o comportamento em casa e na escola, tal como a relação com os pais. Igualmente, esperam que o acompanhamento os ajude a resolver os seus problemas. O mesmo acontece com as expectativas de lidar com sentimentos dolorosos. Assim, os jovens aparentam possuir algum conhecimento sobre benefícios da terapia, o que parece traduzir-se num nível elevado de expectativas de resultado do acompanhamento. Tal pode ser explicado por se tratar de um grupo etário mais velho do que o do estudo anteriormente referido, o que pode sugerir que os jovens mais velhos podem ter algum conhecimento sobre acompanhamento. Estes resultados também podem estar relacionados com o facto destes jovens, ao contrário dos do estudo de Batista (2010), já terem sido acompanhados.

A terceira questão de investigação prendeu-se com as expectativas dos adolescentes relativamente ao processo terapêutico, no início do acompanhamento psicológico, considerando a variável sexo. Foi possível compreender que os rapazes relataram incerteza se terão de realizar grandes mudanças para melhorar. Contrariamente, as raparigas esperam que seja necessário realizar grandes mudanças para melhorar, o que pode sugerir um elevado nível motivacional e/ou baixo conhecimento acerca do acompanhamento (Bickman et al., 2010). Ambos os grupos indicaram esperar trabalhar em conjunto com o/a psicólogo/a, o que sugere a expectativa de um papel activo durante o processo (Bickman et al., 2010). Tanto os rapazes como as raparigas esperam que o terapeuta seja culturalmente sensível (Bickman et al., 2010).

As raparigas referiram esperar que o acompanhamento seja a única ajuda necessária. Também demonstraram incerteza relativamente a ter pensamentos e sentimentos difíceis devido às sessões.

As jovens indicaram ainda expectativas de confidencialidade, o que pode indicar algum nível de confiança no terapeuta (Bickman et al., 2010). No entanto, ocorreu novamente a questão de incerteza face à possibilidade de serem cuidadosas relativamente ao que dizem ao/a psicólogo/a. Novamente, atribui-se ênfase à possibilidade desta incerteza estar relacionada com o facto destas expectativas terem sido recolhidas antes do início do acompanhamento e, embora esperem confidencialidade, os jovens necessitem de conhecer o terapeuta antes de confiarem nele. Esta resposta pode ainda estar relacionada com alguma vergonha e receio em expor os problemas e dificuldades a um desconhecido (Miguel, 2011). Mais uma vez, também se regista o facto de, mesmo antes de iniciarem o processo as raparigas demonstrarem ter a expectativa de se sentirem confortáveis o suficiente para dizerem ao terapeuta que o acompanhamento não está a ajudar, o que pode indicar que esperam colaborar com o terapeuta (Bickman et al., 2010). Estes resultados são congruentes com os de Tinsley e Harris (1976), sendo que os autores concluíram que as raparigas demonstraram esperar que o terapeuta seja aceite e que não realize juízos de valor. Podem ainda relacionar-se com os resultados de Stewart et al. (2014), nos quais os autores concluíram que as raparigas mostram mais comportamentos positivos na procura de ajuda. Tal pode dever-se ao facto das raparigas demonstrarem maior propensão para procurar ajuda, expressar os seus sentimentos e serem encorajadas pela sociedade para resolverem os seus problemas (Dew-Reeves & Athay 2012; Moore-Thomas & Lent, 2007; Stewart et al., 2014).

Os resultados não coincidem com o estudo de Watsford & Rickwood (2015), no qual os autores indicam que os rapazes relataram expectativas significativamente mais elevadas relativamente ao processo. No entanto, apesar das suas expectativas estarem mais dispersas pelas diversas opções de resposta, os rapazes demonstraram esperar trabalhar em conjunto com o terapeuta, algo aparentemente não retratado na literatura.

A quarta questão de investigação referia-se as expectativas dos adolescentes relativamente aos resultados terapêuticos, no início do acompanhamento psicológico, considerando a variável sexo.

As raparigas demonstraram expectativas positivas em todos os itens. De acordo com Bickman et al. (2010) tal significa que antecipam um impacto positivo do acompanhamento na relação com os pais, nos seus pensamentos, sentimentos e

comportamentos, na sua capacidade de *coping* e no seu funcionamento em termos gerais, o que pode, igualmente, indicar motivação e investimento no processo terapêutico. Os rapazes também demonstraram esta antecipação de um impacto positivo em todas as áreas excepto na resolução de problemas e nos sentimentos dolorosos, itens nos quais as respostas se dispersaram pelas opções disponíveis. Tal indica elevadas expectativas de resultados por parte dos rapazes.

Ao aplicar esta escala, Dew-Reeves e Athay (2012) concluíram que as raparigas tinham expectativas de resultado mais elevadas do que os rapazes. No entanto, na presente investigação essa diferença é medida pela resposta aos itens, de modo qualitativo, e não através de análises estatísticas, considerando o número de participantes e, em particular, a discrepância entre o número de rapazes e o número de raparigas. Na verdade, existe apenas a diferença de dois itens entre as expectativas das raparigas e os rapazes (no que se refere à quantidade de expectativas).

A quinta questão de investigação referia-se às expectativas iniciais dos adolescentes, relativamente ao processo terapêutico, em caso de desistência do acompanhamento psicológico. Os jovens que desistiram do acompanhamento e os que o concluíram têm algumas expectativas em comum, nomeadamente, todos esperam confidencialidade por parte do terapeuta (o que pode indicar algum nível de confiança no profissional (Bickman et al., 2010) e que o terapeuta respeite as suas origens culturais e costumes. Ainda, os jovens que compõem ambos os grupos mencionam expectativas que visam a colaboração com o/a psicólogo/a.

Tanto metade dos jovens que desistiram como os que completaram o acompanhamento mostraram incerteza se a participação no processo envolverá trabalho árduo, o que pode sugerir um baixo conhecimento acerca do processo e/ou baixo nível motivacional (Bickman et al., 2010).

A principal diferença encontrada na comparação destes grupos é o facto de os jovens que completaram o processo terem a expectativa de ter de mudar muito para melhorar. Embora alguns jovens que desistiram do acompanhamento também tenham indicado esta expectativa, a maioria referiu incerteza. Segundo Bickman et al. (2010) a presença desta expectativa pode sugerir um elevado nível motivacional.

Considerando que um amplo número de concepções erróneas acerca do processo pode interferir com o acompanhamento, na medida em que está relacionado com uma percentagem de desistências elevada (Day & Reznikoff, 1980), e as conclusões de Reis e Brown (2006) acerca do número de desistências ser significativamente mais baixo nos

clientes que estavam preparados do que os que não estavam preparados, existe a possibilidade que a preparação destes jovens para o acompanhamento pudesse ter impacto na taxa de desistências observada, na medida em que esta poderia ser mais baixa.

A sexta questão de investigação referiu-se às expectativas iniciais dos adolescentes, relativamente aos resultados terapêuticos, em caso de desistência do acompanhamento psicológico. Tal como aconteceu relativamente ao processo, também nesta questão se encontram pontos em comum entre os dois grupos. Mais concretamente, todos os jovens mencionaram esperar que o acompanhamento ajude a lidar com pensamentos que incomodam, a aprender a usar os seus pontos fortes, a melhorar o comportamento na escola e a ter uma vida melhor.

No entanto, também se observaram diferenças. Enquanto os jovens que completaram o processo não tinham certeza se o mesmo iria ajudá-los a resolver os seus problemas e a melhorar o comportamento em casa, a maioria dos jovens que desistiu do acompanhamento mencionou esperar ambos os resultados. Os adolescentes que completaram o acompanhamento também mostraram opiniões divergentes face às expectativas de lidar com sentimentos dolorosos e melhorar a relação com um (ou ambos) os pais. Por outro lado, a maioria dos jovens que desistiu, demonstrou ter estas expectativas.

Esta análise sugere que os jovens que desistiram do processo têm maiores expectativas de resultado do que os jovens que completaram o acompanhamento. A literatura defende que clientes com elevadas expectativas de resultado beneficiam mais da psicoterapia do que clientes com expectativas mais baixas (Delsignore & Schnyder, 2007). Contudo, Watsford e Rickwood (2013) concluíram que não é suficiente ter expectativas elevadas, sendo igualmente necessário que estas sejam confirmadas, e que a experiência do acompanhamento seja satisfatória pois, caso contrário, poderão registar-se baixos valores de adesão ao processo. Não dispondo de mais informações acerca dos participantes que desistiram e das suas motivações para o fazerem, as conclusões destes autores foram citadas apenas como hipótese sobre o que poderá ter sucedido.

A sétima questão de investigação prendeu-se com as possíveis diferenças nas expectativas em relação ao processo terapêutico, entre os adolescentes que já foram acompanhados previamente, e os adolescentes que estão a ser acompanhados pela primeira vez. Foram encontradas diferenças de expectativas, sendo que os jovens que já foram acompanhados esperam ter de mudar muito para melhorar, enquanto os adolescentes que estão a ser acompanhados pela primeira vez mostram incerteza face a

esta expectativa. De acordo com Bickman et al. (2010) a expectativa mostrada pelos participantes que já foram acompanhados pode simbolizar um elevado nível de motivação ou baixo conhecimento acerca do processo. Considerando que já foram acompanhados, parece ser mais plausível a hipótese que a resposta coincide com a motivação dos jovens. Enquanto que os adolescentes no primeiro acompanhamento relataram que não esperam que o mesmo seja um trabalho difícil, os adolescentes que foram previamente acompanhados indicam incerteza nesta questão. Bickman et al. (2010) revelaram que as respostas negativas a este item indicam um baixo nível de motivação e/ou pouco conhecimento acerca do processo. No caso dos jovens que não foram acompanhados previamente, a resposta parece estar relacionada com um nível mais baixo de conhecimento. Contudo, a interpretação dos autores tem de ser aplicada com cuidado pois, embora exista a possibilidade dos adolescentes que tiveram acompanhamento prévio não terem ficado elucidados acerca do processo terapêutico, também poderiam estar a considerar que a questão que os leva à terapia vai determinar, até certo ponto, o grau de dificuldade sentido, daí terem indicado incerteza face a este item.

Também foram detectadas diferenças nas respostas acerca da expectativa de respeito dos costumes e origens culturais. Os adolescentes que já tinham sido acompanhados indicaram ter esta expectativa relativamente ao terapeuta, enquanto os jovens no primeiro acompanhamento indicaram ou ter incerteza acerca desta expectativa ou não a possuir. Bickman et al. (2010) consideram que esta resposta por parte dos jovens significa que não têm a certeza ou não esperam que o terapeuta seja culturalmente sensível. Os jovens que já recorreram à terapia indicaram esperar que o acompanhamento seja a única ajuda necessária para lidar com os seus problemas. Contrariamente, os jovens que estavam a ser acompanhados pela primeira vez não exibem um padrão de resposta, sendo que estas se dispersam pelas diferentes opções disponíveis. Outra questão que se traduziu na dispersão das respostas por adolescentes que foram acompanhados previamente, foi a expectativa de cuidado em relação com o que se diz ao terapeuta. Assim, o mesmo número de jovens que já tinha acompanhamento prévio indicou esperar e não esperar este comportamento, enquanto os jovens no primeiro acompanhamento indicaram incerteza face a esta questão.

Embora não tenham sido recolhidas mais informações acerca destes participantes, as incertezas e ausência de expectativas relativas a diversas questões acerca do processo, por parte dos jovens que estavam a ser acompanhados pela primeira vez, sugere que as respostas dos jovens podem dever-se ao escasso conhecimento sobre o acompanhamento.

Mais, as respostas dos jovens que já tiveram acompanhamento, e a diferença de respostas relativas aos adolescentes a serem acompanhados pela primeira vez, sugerem a importância das noções pré-concebidas dos clientes, com base nas suas experiências passadas, defendida por Shapiro (1971). Esta questão foi estudada por Stewart et al. (2014), tendo os autores concluído que os jovens que já tiveram terapia, ou têm menos expectativas negativas, ou tiveram experiências que subsequentemente alteraram as suas expectativas negativas iniciais numa direcção positiva. Ou seja, a diferença destas expectativas pode ter subjacente a experiência dos adolescentes na terapia.

A oitava questão de investigação relacionou-se com as possíveis diferenças nas expectativas iniciais em relação aos resultados do processo, entre os adolescentes que já foram acompanhados previamente, e os adolescentes que estão a ser acompanhados pela primeira vez. Foram encontradas diferenças nas expectativas iniciais em relação aos resultados do processo, sendo que, os adolescentes que já foram acompanhados mencionaram incerteza face à expectativa de que a terapia os ajude a resolver os seus problemas. Por outro lado, os jovens a iniciar o processo terapêutico pela primeira vez indicam ter esta expectativa face ao acompanhamento. Os adolescentes que já tiveram acompanhamento indicaram incerteza perante a expectativa de que a terapia os ajude a lidar com sentimentos dolorosos, enquanto os jovens em início de processo mencionaram esperar que a terapia ajude a lidar com sentimentos dolorosos.

Nas expectativas que se relacionam com pensamentos que incomodam, a aprendizagem do uso de pontos fortes, a mudança de comportamento em casa e na escola, melhorar a relação com os pais e ter uma vida melhor, não houve mudanças entre os dois grupos, sendo que todos possuíam estas expectativas.

A nona questão de investigação prendeu-se com possíveis diferenças nas expectativas dos adolescentes relativamente ao processo terapêutico, considerando a variável idade. Foram encontradas diferenças nas expectativas, na medida em que a expectativa de confidencialidade por parte do terapeuta não é consensual, nos jovens entre os 12 e os 14 anos. Mais especificamente, metade dos participantes desta faixa etária consideram ter esta expectativa do terapeuta, enquanto a outra metade relatou incerteza acerca da confidencialidade. Contrariamente, todos os jovens dos 15 aos 21 anos referiram ter expectativa de confidencialidade por parte do terapeuta, o que pode indicar algum nível de confiança no profissional (Bickman et al., 2010). Do mesmo modo, os adolescentes mais novos (dos 12 aos 14 anos) indicaram sentir incerteza acerca de ser

necessário realizar grandes mudanças para melhorar, enquanto os jovens dos 15 aos 21 anos referiram esperar ter de mudar muito para melhorar.

Todos os jovens mencionaram esperar trabalhar em conjunto com o terapeuta. Contudo, os adolescentes dos 15 aos 21 anos mencionaram esperar sentir-se confortáveis para dialogar com o/a psicólogo/a acerca do acompanhamento caso não sintam que está a ajudar. Houve uma divisão nas respostas a esta questão por parte dos adolescentes mais novos (dos 12 aos 14 anos). Metade destes jovens mencionou esperar sentir-se confortável para dialogar com o terapeuta, no entanto, a outra metade mostrou incerteza face a esta questão. Os adolescentes dos 12 aos 14 anos e os jovens dos 18 aos 21 indicaram incerteza se o acompanhamento os fará sentir desconfortáveis (e.g., terem pensamentos e sentimentos difíceis devido às sessões). Por outro lado, os adolescentes dos 15 aos 17 anos indicaram não ter esta expectativa, o que pode indicar que esperam ter um papel passivo durante o acompanhamento (Bickman et al., 2010). Por fim, os adolescentes dos 12 aos 17 anos relataram esperar que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precisam para lidar com os seus problemas.

Estes resultados demonstram que os adolescentes mais novos (dos 12 aos 14 anos) parecem apresentar incerteza relativamente a diferentes questões do processo terapêutico. Bickman et al. (2010) não atribuem cotação à incerteza, seja esta positiva ou negativa. Estes resultados apontam para eventuais faltas de informação dos adolescentes mais novos, relativamente ao processo terapêutico.

No geral, os adolescentes mais velhos (a partir dos 17 anos) apresentaram expectativas mais positivas relativamente ao acompanhamento, o que está em conformidade com o estudo de Stewart et al. (2014), no qual os autores concluíram que a idade mostrou-se um preditor de expectativas negativas, com adolescentes mais velhos a reportarem menos expectativas negativas do que os mais novos.

A décima questão de investigação relacionou-se com possíveis diferenças nas expectativas dos adolescentes relativamente aos resultados terapêuticos, considerando a variável idade. Foram encontradas diferenças nas expectativas dos resultados. Contrariamente aos jovens dos 12 aos 14 anos que indicaram esperar, e dos jovens dos 15 aos 17 anos cujas respostas se dispersaram entre “espero” e “não tenho a certeza”, os jovens com mais de 18 anos referiram não esperar melhorar o seu comportamento na escola. Esta expectativa tem significado pois por volta dessa idade, os jovens terminam os estudos do ensino básico e, se não se encontram nas escolas, não faria sentido possuírem a expectativa de melhorar o seu comportamento nessas instituições.



Enquanto os jovens entre os 12 e os 14 anos revelam esperar melhorar a relação com os pais, os jovens entre os 15 e os 21 anos dispersaram as suas respostas pelas opções existentes. Tal pode dever-se ao facto de, na adolescência, se começar a dar mais importância à relação com os pares, em detrimento da relação com os pais (Fleming, 1997, citada por Ferreira & Nelas, 2016; Tomé, Camachoa, de Matosa, & Diniza, 2010).

Os adolescentes dos 15 aos 17 anos mencionaram esperar lidar com sentimentos dolorosos, enquanto os jovens dos 18 aos 21 indicaram incerteza relativamente a lidar estes sentimentos. Por sua vez, os jovens dos 12 aos 14 anos indicaram, em igual medida, possuir esta expectativa e um nível de incerteza face à mesma. Devido ao facto de não terem sido recolhidos mais dados sobre a questão, e de não ter sido encontrada na literatura uma explicação para este fenómeno, não é possível realizar uma análise mais minuciosa destes resultados.

A décima primeira questão de investigação prendeu-se com as expectativas iniciais relativamente ao processo terapêutico, considerando a variável acompanhamento por iniciativa própria. Os adolescentes que se encontram em terapia por iniciativa própria mostraram esperar que seja necessário realizar grandes mudanças para melhorar, o que pode sugerir um elevado nível motivacional (Bickman et al., 2010). Mostraram ainda incerteza face à expectativa de ter pensamentos e sentimentos difíceis.

Tanto os jovens que estão em acompanhamento por iniciativa própria como por iniciativa de terceiros, esperam confidencialidade por parte do terapeuta o que pode indicar algum nível de confiança no profissional (Bickman et al., 2010). Os adolescentes de ambos os grupos também indicaram esperar colaborar com o/a seu/sua psicólogo/a, o que pode indicar a expectativa de um papel activo durante o processo (Bickman et al., 2010). Estes jovens têm ainda em comum a expectativa que o/a psicólogo/a seja culturalmente sensível e que o acompanhamento seja a única ajuda da qual necessitam.

A décima segunda questão de investigação relaciona-se com as expectativas de resultado, dos jovens que estão em terapia por iniciativa própria. Estes indicaram esperar lidar com pensamentos que os incomodam, aprender a usar os pontos fortes e ter uma vida melhor. Estes adolescentes também indicaram incerteza face a resolver problemas e a melhorar o comportamento em casa, e lidar com sentimentos dolorosos.

A décima terceira e décima quarta questões de investigação prendem-se com as expectativas de processo e de resultado dos jovens em acompanhamento por iniciativa de terceiros. Os resultados foram algo surpreendentes e não coincidem com a literatura existente (e.g., Kazdin, 2003; Weisz & Bearman, 2008). Estes autores concluem que a

falta de iniciativa por parte dos jovens para começarem o processo terapêutico parece estar relacionada com o facto de não identificarem os seus sintomas como problemáticos e, por isso, defenderem que não necessitam de acompanhamento. De acordo com Sá (2005), o carácter involuntário da participação de crianças e adolescentes nas sessões pode resultar numa total ausência de motivação para se envolverem numa relação com o terapeuta, ou em admitir que são necessárias mudanças. Devido a esta ausência de motivação podem surgir dificuldades em manter o jovem no processo (e.g., devido a objecções da sua parte), o que pode contribuir directamente para a desistência do acompanhamento (Kazdin, 2003). Contudo, os jovens que estavam na terapia por iniciativa de terceiros indicaram confiança no terapeuta, e expectativa de um papel activo durante o processo e exibiam expectativas de resultado elevadas.

Devido à ausência de mais informação acerca desta questão, não é possível aprofundar os factores que podem contribuir para estes resultados. No entanto, é necessário salientar duas questões. Primeiramente, apenas se está a considerar uma variável, quem efectuou o pedido de acompanhamento à instituição. Assim, não é correcto assumir que, por ter sido um adulto a pedir o acompanhamento, o adolescente não considera que beneficie do mesmo e não se sinta motivado para a mudança. De facto, é possível que a referenciação tenha sido realizada pelos pais a pedido dos filhos ou através de uma decisão conjunta com eles. Em segundo lugar, estes jovens poderão apresentar um locus de controlo e atribuição de responsabilidade externas, sendo que as suas expectativas pode ser elevadas porque medem o que desejam que aconteça. No entanto, os itens não medem se são os jovens que irão desenvolver o trabalho que a mudança (para melhor) implica.

A décima nona e vigésima questões de investigação prendiam-se com possíveis mudanças nas expectativas de processo e de resultado, ao longo do acompanhamento. Com o intuito de estudar estas questões, foram realizadas três momentos de avaliação (pré-acompanhamento, na quinta sessão e no fim do acompanhamento). Existem dados de três jovens relativos a primeiras e quintas sessões, no entanto, apenas existem dados de duas das adolescentes para as últimas sessões. Uma das participantes desistiu do processo não sendo possível realizar no último momento de avaliação.

As expectativas de resultado foram cotadas de acordo com as directrizes de Bikman et al. (2010). Os resultados das cotações indicam que as expectativas da participante 1 se mantiveram num nível elevado (3); as expectativas da participante 2 situavam-se num nível médio (2,37), desceram para um nível médio mais baixo (2) e

voltaram ao nível original, aquando da última sessão. As expectativas da participante 3 situavam-se, inicialmente, no nível médio (2,25). Aquando o segundo momento de avaliação, baixaram para um nível médio mais baixo (2) para, na última sessão, aumentarem para um nível médio mais elevado (2,62). Estes valores coincidem com as conclusões de Batista (2010), de que a opinião dos jovens se modifica ao longo do processo. Também apontam para uma tendência para as expectativas positivas diminuírem ao longo do processo, para depois voltarem a aumentar no final do acompanhamento.

Como mencionado anteriormente, a participante 1 apresentava elevadas expectativas de resultado e de processo. Tinha apenas incertezas acerca da realização de grandes mudanças para melhorar, se a participação no acompanhamento envolveria trabalho árduo, e se o acompanhamento a faria sentir desconfortável. Não foram referidas mudanças nas expectativas, da primeira para a quinta sessões.

Embora as razões da desistência do acompanhamento sejam desconhecidas, e considerando as elevadas expectativas, tanto para o processo como para os resultados terapêuticos, poderá ser mencionado um paralelismo com o estudo de Watsford e Rickwood (2013), no qual os autores concluíram que, não é apenas necessário que as expectativas sejam elevadas, sendo também necessário que sejam confirmadas.

A participante 2 revelou mudanças nas expectativas do processo terapêutico. Esta jovem revelou incerteza acerca da participação no processo envolver trabalho árduo, algo que não foi esperado nas nos seguintes momentos de avaliação. Também se observou uma alteração numa expectativa inicial de que, para melhorar, a jovem teria de mudar muito. Nas seguintes momentos de avaliação, esta expectativa não estava presente.

No que concerne as expectativas de resultado da participante 2, nos dois primeiros momentos de avaliação, havia incerteza acerca do acompanhamento ajudar a resolver os problemas, contudo, no último momento de avaliação, esta expectativa esteve presente. Tal poderá indicar término do acompanhamento pela redução dos sintomas ou resolução dos problemas que levaram a jovem à terapia. Também ocorreu uma mudança de expectativas relativamente à melhoria do comportamento em casa, sendo que esta expectativa estava presente no primeiro e terceiro momentos de avaliação, mas omissa no segundo.

Num primeiro momento de avaliação, a jovem indicou incerteza relativamente à expectativa de que a terapia iria ajudar a lidar com sentimentos dolorosos. Nos momentos de avaliação seguintes, esta expectativa estava presente. Também numa primeira sessão,

a jovem revelou incerteza acerca da expectativa de que o acompanhamento poderia ajudar a melhorar a relação com o/a pai/mãe. Nos momentos de avaliação seguintes, esta expectativa não estava presente. Também se registou uma mudança na expectativa de melhorar o comportamento na escola, sendo que numa primeira e quinta sessões, a adolescente mostrou incerteza acerca desta questão. Porém, no último momento de avaliação, não existia esta expectativa. Por fim, na primeira e última sessões, a jovem indicou esperar ter uma vida melhor. Contudo, na quinta sessão, não mostrou esta expectativa.

A participante 3 indicou, num primeiro e terceiro momento de avaliação, a expectativa de trabalhar em conjunto com o/a psicólogo/a. Num segundo momento de avaliação, a jovem demonstrou incerteza face a esta questão. Igualmente, na primeira e quinta sessões, a adolescente mencionou que não tinha a expectativa de que a participação no processo envolvesse trabalho árduo, no entanto, na última sessão referiu incerteza face a esta questão. Num primeiro momento de avaliação, a jovem indicou sentir-se confortável para dizer que o acompanhamento não está a ajudar. Esta expectativa modificou-se, sendo que nos momentos seguintes indicou incerteza face a esta questão.

Também se observou a alteração da expectativa de pensamentos e sentimentos difíceis, sendo que no primeiro e último momento de avaliação, a adolescente indicou ter esta expectativa. Contudo, na segunda sessão indicou não ter esta expectativa. Novamente, na primeira e última sessões, a jovem indicou esperar que o/a psicóloga seja culturalmente sensível. Por fim, num primeiro e terceiro momento de avaliação, indicou esperar que o acompanhamento seja a única ajuda da qual precisará, no entanto, a meio do processo, indicou não ter esta expectativa.

A participante 3 mostrou mudanças em todos os itens da escala. Enquanto que, numa primeira e última sessões, a jovem indicou esperar lidar com pensamentos que a incomodam, o mesmo não se registou no segundo momento de avaliação, na qual a jovem respondeu incerteza face a este resultado. Tal como a participante número 2, na primeira e quinta sessões, referiu incerteza se o acompanhamento a ajudaria a resolver os seus problema. Na última sessão, esta expectativa estava presente, sendo que tal pode sinalizar que o acompanhamento terminou devido à concretização dos seus objectivos.

A jovem indicou, numa primeira e quinta sessões, incerteza acerca de melhorar o comportamento em casa. Na última sessão, esta expectativa estava presente. Em duas primeiras sessões, a adolescente referiu aprender a usar os seus pontos fortes e lidar com

sentimentos dolorosos. Contudo, na quinta e última sessões, mostrou incerteza face a estas questões.

Num primeiro momento de avaliação, a adolescente mencionou não esperar melhorar a relação com o/a seu/sua pai/mãe. Contudo, nos dois últimos momentos de avaliação mostrou incerteza face a esta questão. Por fim, numa primeira sessão, mostrou incerteza face à melhoria do seu comportamento na escola. Na quinta e última sessões referiu esperar melhorar o seu comportamento a escola.

Após esta análise é possível compreender que, relativamente às expectativas de processo, estas não mudaram nos itens que envolviam a confidencialidade, sendo que todas as participantes esperavam confidencialidade. De acordo com Bickman et al. (2010), tal pode indicar algum nível de confiança no terapeuta. Apesar das respostas serem díspares, também não se registaram mudanças de expectativa no item: ser muito cuidadoso com o que digo.

As respostas díspares não permitem estabelecer comparações das expectativas de resultado, nas participantes que completaram o acompanhamento, com a excepção da resolução de problemas. As jovens registaram a mesma evolução relativamente a esta questão, sendo que nos dois primeiros momentos de avaliação demonstraram incerteza face à expectativa do acompanhamento as ajudara resolver os seus problemas. No último momento de avaliação, as adolescentes indicaram que esta expectativa estava presente. Não tendo recolhido mais informações acerca do processo das jovens, é impossível garantir o que causou esta mudança. Contudo, creio que o facto de ser a última sessão de ambas é significativo, na medida em que sugere a eficácia da terapia.

Um dos objectivos deste trabalho era o de verificar se, de facto, se registavam diferentes expectativas nos diferentes momentos do acompanhamento. Idealmente, tentar-se-ia estabelecer um padrão de mudanças, se não no geral, relativamente a cada item. No entanto, o escasso número de participantes e a dispersão das respostas obtidas não permitiram que tal fosse possível. Não obstante, foram encontradas mudanças nas expectativas ao longo do processo, o que se coaduna com a literatura existente (ver Batista, 2010).

## 6. Conclusões e Implicações

A presente investigação teve como objectivo apurar quais as expectativas dos jovens relativamente ao processo e resultados terapêuticos. Adicionalmente., pretendeu-se analisar a evolução das expectativas dos jovens acerca do acompanhamento psicológico. Conclui-se que os jovens esperam que exista confidencialidade por parte do terapeuta, e mostram disponibilidade para cooperar com o profissional. Algumas respostas indicadas pelos adolescentes acerca do processo são contraditórias, ou denotam incerteza face às diferentes questões, o que indica a falta de compreensão de alguns aspectos relacionados com o acompanhamento. Os jovens apresentaram ainda expectativas entre o nível médio e elevado. Segundo Bickman et al. (2010), tal traduz-se na antecipação de um impacto positivo do acompanhamento nas diferentes dimensões avaliadas pelos instrumentos, e.g., relação com os cuidadores, o que pode indicar motivação e investimento no processo. Embora as raparigas tenham apresentado um nível mais elevado no que concerne as expectativas positivas, também os rapazes apresentaram, maioritariamente, expectativas positivas.

Também se destaca o facto de os jovens que desistiram do acompanhamento terem apresentado algumas expectativas em comum com os adolescentes que concluíram o acompanhamento, e.g., esperar colaborar com o terapeuta. No entanto, os jovens que completaram o processo indicaram ter a expectativa de ter de mudar muito para melhorar, o que sugere um elevado nível motivacional (Bickman et al., 2010), imperativo para a adesão ao processo (Kazdin, 2003). Os jovens que desistiram do processo apresentaram maiores expectativas de resultado do que os jovens que completaram o acompanhamento. Consequentemente, a sua desistência pode estar relacionada com a não confirmação destas expectativas (Watsford & Rickwood, 2013). Ainda, os adolescentes que estavam a ser acompanhados pela primeira vez, indicaram mais expectativas positivas relativamente à capacidade da terapia ajudar a resolver os seus problemas e a lidar com sentimentos dolorosos.

No que concerne a idade, os jovens a partir dos 18 anos apresentaram expectativas mais positivas relativamente ao acompanhamento. Contrariamente aos adolescentes mais novos, estes jovens referiram não esperar melhorar o seu comportamento na escola, algo que faz sentido considerando a idade normativa de término do ensino básico.

Contrariamente aos mais velhos, os jovens mais novos (12 aos 14 anos) também revelaram a expectativa de melhorar a sua relação com os pais.

Os jovens que estavam na terapia por iniciativa de terceiros indicaram confiança no terapeuta, e expectativa de um papel activo durante o processo e exibiam expectativas de resultado elevadas, algo que não coincide com a literatura existente, que indica falta de motivação e iniciativa por parte destes jovens (e.g., Kazdin, 2003, Weisz & Bearman, 2008). Como foi mencionado anteriormente, devido à falta de informação adicional acerca das características destes jovens e do seu acompanhamento, não é possível explicar este fenómeno. Deste modo, apenas é possível sugerir hipóteses para esta situação, já descritas no capítulo 5.

Por fim, verificou-se que existem diferenças nas expectativas ao longo do acompanhamento, de acordo com a literatura existente (e.g. Batista). No geral, as duas jovens que completaram o acompanhamento mostraram uma evolução positiva das expectativas de resultado. Em particular, mostraram a mesma evolução relativamente à expectativa de resolução de problemas, sendo que as adolescentes indicaram estarem incertas acerca deste item nos dois primeiros momentos de avaliação. Contudo, no último destes momentos, coincidente com a última sessão, esta expectativa estava presente, o que pode sugerir o término do processo devido à sua eficácia. As restantes alterações foram muito díspares e, considerando o escasso número de participantes não foi possível realizar mais do que uma descrição destas mudanças. Assim, destacam-se as expectativas que se mantiveram estáveis ao longo do acompanhamento, nos diferentes participantes, nomeadamente a confidencialidade, esperada por todos.

Para além destas conclusões, destaca-se o facto de este estudo ter sido realizado com população clínica. Como foi mencionado anteriormente, este tema tem vindo a ser estudado com alguma frequência, contudo, não é raro encontrar literatura que utiliza população não clínica. Embora se reconheça a importância de conhecer as expectativas da população geral face ao acompanhamento psicológico, existe um maior nível de significância quando estas se referem a indivíduos que irão receber este acompanhamento, devido a todas as possíveis consequências que podem resultar da não consideração destas crenças (e. g., desistência).

Os resultados, embora não sejam generalizáveis, apontam para que mesmo jovens com expectativas elevadas desistam do processo. Considerando a literatura (ver Watsford & Rickwood, 2013), as desistências parecem estar mais relacionadas com a confirmação de expectativas negativas ou a não confirmação de expectativas positivas, e com a forma como os clientes experienciam o processo. Estes resultados podem ter implicações clínicas. Especificamente, sugerem a importância da análise (entre adolescente e

terapeuta) das expectativas dos jovens, não em termos de positivas vs negativas, mas em termos de conteúdo. Esta análise possibilita a compreensão dos seus conhecimentos acerca do processo terapêutico. Mais, permite que o terapeuta tenha a oportunidade de corrigir percepções erróneas e prepare o jovem para o que efectivamente ocorre em terapia, informando-os de como será o processo, descrevendo os mecanismos de acção subjacentes ao acompanhamento, de modo a promover confiança que o acompanhamento será benéfico e negociar um acordo entre ambos, relativamente aos objectivos e tarefas do acompanhamento (Newman & Fisher, 2010). Deste modo, o terapeuta promove expectativas adequadas ao processo terapêutico. Esta preparação para o processo foi testada empiricamente (ver Reis & Brown, 2006), tendo sido demonstrado que os clientes que são preparados têm uma menor taxa de desistência do que os clientes que não têm esta preparação.

Uma outra implicação importante desta investigação relaciona-se com a tentativa de minimizar a influência de variáveis que pudessem modificar as expectativas dos jovens. Assim, o primeiro momento de avaliação, ocorreu no início da primeira sessão, quando o contacto com o terapeuta era praticamente inexistente, numa tentativa que a informação recolhida fossem o mais genuína possível.

Esta investigação permitiu então realizar o estudo das expectativas dos adolescentes, considerando as diversas variáveis demográficas, tal como permitiu a descrição das mudanças das expectativas de duas jovens, ao longo do acompanhamento psicológico.



## **7. Limitações e Direcções Futuras**

Esta investigação apresenta algumas limitações, que devem ser reconhecidas.

Primeiramente, embora se tenha realizado um pré-teste, não foi realizado o estudo psicométrico dos instrumentos. Estes procedimentos qualificam um instrumento, evitando possíveis erros na recolha e tratamento dos dados para testar as hipóteses, são a precisão, a validade e a consistência interna (Pilatti, Pedroso, & Gutierrez, 2010). A falta destas qualidades num instrumento pode comprometer a fidedignidade do mesmo e, por extensão, produzir resultados distorcidos (Pilatti, Pedroso, & Gutierrez, 2010). É necessário considerar esta questão ao discutir os resultados da investigação.

Adicionalmente, é necessário abordar as alterações aos itens. Embora necessárias para atingir os objectivos propostos, a sua alteração implica que o instrumento não corresponda na sua totalidade, ao criado por Bickman et al. (2010). Tal, associado ao facto não ter sido realizado o estudo das propriedades psicométricas, coloca em causa a validade do instrumento e, por extensão, exige uma minuciosa interpretação dos dados, não permitindo a extrapolação de conclusões para a população.

Igualmente, é necessário considerar o escasso número de participantes, que não pode ser considerado representativo da população portuguesa. Tal implica que os resultados possam ser discutidos apenas com o intuito de caracterizar a amostra, não sendo possível extrapolar as conclusões para a população. O número de participantes implicou ainda a eliminação de algumas questões de investigação e não permitiu a exploração da mudança das expectativas ao longo do acompanhamento, como se pretendia inicialmente. Noto ainda que, no presente estudo, a definição de adolescência foi mais abrangente do que a de Bickman et al. (2010), pelo que não coincidiu com a definição dos autores. Por isso, podem ter sido incluídos participantes que os autores do instrumento poderiam não considerar, e.g., em termos cronológicos.

Assim, em investigações futuras, seria importante a realização do estudo psicométrico dos instrumentos. Dado que não foi possível verificar esta questão no presente trabalho, poderia ter valor, em termos de aprofundamento do conhecimento, o estudo de possíveis influências das problemáticas nas expectativas dos jovens.

Tendo em conta as limitações dos resultados deste estudo e as conclusões relativas às expectativas dos jovens em acompanhamento por iniciativa de terceiros, poderá ser útil realizar um novo estudo, com uma amostra representativa da população de modo a verificar se existem diferenças nas expectativas dos jovens desta condição e nos jovens que estão a ser acompanhados por iniciativa própria. Atentando ainda às conclusões deste

estudo, poderia ser vantajoso realizar estudos que se concentrem nas especificidades do acompanhamento (não se limitando à aliança terapêutica), de modo a verificar as possíveis causas da mudança nas expectativas.

Por fim, considerando a literatura (e.g., Watsford & Rickwood, 2013) o estudo da relação entre as expectativas e a experiência do acompanhamento, poderia ter valor acadêmico, científico e clínico.

## 8. Referências Bibliográficas

- Adler-Tapia, R. (2012). In Search of mental Health and Resiliency: The Need to Integrate Developmental Theory Into Clinical Practice. *Child Psychotherapy: Integrating Developmental Theory Into Clinical Practice* (pp. 1-10). New York: Spring Publishing Company
- Allport, G. W. (1961). A Evolução do Sentido do Eu. In *Personalidade: Padrões e Desenvolvimento* (pp. 148-182). São Paulo: Editora Herder
- Almeida, A., & Miguel, I. (2010). Representações sociais da adolescência. In A. C. Fonseca (Eds), *Crianças e Adolescentes: Uma abordagem Multidisciplinar* (pp. 197-222). Coimbra: Edições Almedina, SA
- Aubuchon-Endsley, N. & Callahan, J.L. (2007, September). The Milwaukee Psychotherapy Expectations Questionnaire: A replication and extension. Poster presented at the Oklahoma Psychological Association (OPA) Annual Conference, Oklahoma City, OK.
- Banaco, R. A. (1998). Adolescentes e terapia comportamental. In B. Rongè (Eds), *Psicoterapia comportamental e cognitiva*. (pp.143-148). São Paulo: Editora PSY
- Batista, C. P C. (2010). *Expectativas e opinião actual de adolescentes sobre o processo terapêutico*. Tese de mestrado inédita, Universidade de Lisboa, Faculdade de Psicologia.
- Bergin, A. E., & Lambert, M. (1978). The evaluation of therapeutic outcomes. *Handbook of Psychotherapy and Behavior Change* (pp.139-190). Toronto: John Wiley & Sons, Inc
- Bickman, L., Athay, M.M., Riemer, M., Lambert, E.W., Kelley, S.D., Breda, C., Tempesti, T., Dew-Reeves, S.E., Brannan, A.M., Vides de Andrade, A.R. (eds.). (2010). Treatment Outcome Expectations Scale and Treatment Process Scale Expectations Index. *Manual of the Peabody Treatment Progress Battery, 2nd ed.* [Electronic version]. Nashville, TN: Vanderbilt University. <http://peabody.vanderbilt.edu/ptpb/>
- Blaustein, M. E. & Kinniburgh, K. M. (2010). Self-Development and Identity. In Treating Traumatic Stress. In *Children and Adolescents: How to Foster Resilience through Attachment, Self-Regulation and Competency* (pp. 190-206). New York: The Guilford Press

- Bléandonu, G. (1999). Com o risco da adolescência. *As consultas terapêuticas pais-filhos* (pp.145-160). Lisboa: Climepsi Editores
- Braswell, L., & Kendall, P. C. (1988). Cognitive-Behavioral Methods with Children. In K. S. Dobson (Eds.). *Handbook of Cognitive-Behavioral Therapies* (pp. 167-213). New York: The Guilford Press
- Briceño-León, R. (2003). Quatro modelos de integração de técnicas qualitativas e quantitativas de investigação nas ciências sociais. *O Clássico e o novo—tendências, objetos e abordagens em ciências sociais e saúde*, 157-186.
- Brooks-Gunn, J., Petersen, A. C., & Eichorn, D. (1985). The study of maturational timing effects in adolescence. *Journal of youth and adolescence*, 14(3), 149-161. doi: 10.1007/BF02090316
- Clarkin, J. F., & Levy, K. N. (2004). The influence of client variables on psychotherapy. *Bergin and Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change*, 5, 194-226.
- Coimbra de Matos, A. (2002). Adolescência. *Lisboa: Climepsi Editores*.
- Constantino, M. J., Ametrano, R. M., & Greenberg, R. P. (2012). Clinician interventions and participant characteristics that foster adaptive patient expectations for psychotherapy and psychotherapeutic change. *Psychotherapy*, 49(4), 557-569. Doi: 10.1037/a0029440
- Constantino, M. J., Arnkoff, D. B., Glass, C. R., Ametrano, R. M., & Smith, J. Z. (2011). Expectations. *Journal of clinical psychology*, 67(2), 184-192.
- Creed, T. A., Resweber, J. & Beck, A. T. (2011). Making Cognitive Therapy Happen in the Schools. In *Cognitive Therapy for Adolescents in School Settings* (pp.122- 442). New York: The Guilford Press
- Curry, J., Rohde, P., Simons, A., Silva, S., Vitiello, B., Kratochvil, C., ... & Weller, E. (2006). Predictors and moderators of acute outcome in the Treatment for Adolescents with Depression Study (TADS). *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 45(12), 1427-1439.
- D'Aniello, C., & Tambling, R. B. (2017). The Effect of Expectations on Intention to Persist in Therapy. *The American Journal of Family Therapy*, 45(1), 37-50. doi: 10.1080/01926187.2016.1223568
- Delsignore, A., & Schnyder, U. (2007). Control expectancies as predictors of psychotherapy outcome: A systematic review. *British Journal of Clinical Psychology*, 46(4), 467-483. doi: 10.1348/014466507X226953

- Dew, S. E., & Bickman, L. (2005). Client expectancies about therapy. *Mental Health Services Research*, 7(1), 21-33. Doi: 10.1007/s11020-005-1963-5
- Dew-Reeves, S. E., & Athay, M. M. (2012). Validation and use of the youth and caregiver Treatment Outcome Expectations Scale (TOES) to assess the relationships between expectations, pretreatment characteristics, and outcomes. *Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research*, 39(1-2), 90-103. doi: 10.1007/s10488-012-0406-z
- DiClemente, R. J., Hansen, W. B., & Ponton, L. E. (1996). Adolescents at risk. In *Handbook of adolescent health risk behavior* (pp. 1-4). New York: Springer.
- Dollinger, S. J., & Thelen, M. H. (1978). Children's perceptions of psychology. *Professional Psychology*, 9(1), 117-126. Doi: 10.1080/15374418009532986
- Duarte, T. (2009). A possibilidade da investigação a 3: reflexões sobre triangulação (metodológica). CIES E-Working Papers, 60. *education quarterly*, 19(1), 1-8.
- Eisenstein, E. (2005). Adolescência: definições, conceitos e critérios. *Adolescência e Saúde*, 2(2), 6-7.
- Erikson, E. H. (1956). Concept of Ego Identity. In A. H. Esman (Eds). *The Psychology of Adolescence: Essential Readings* (pp. 178-193). New York: International Universities Press
- Ferreira, M., & Nelas, P. B. (2016). Adolescências... Adolescentes... *Millenium*, (32), 141-162.
- Fleming, M. (1993). Processo de autonomia e desenvolvimento psicológico, no rapaz e na rapariga. In *Adolescência e Autonomia: O desenvolvimento psicológico e a relação com os pais* (pp. 235-248). Porto: Edições Afrontamento
- Frank, J. (1959). The dynamics of the psychotherapeutic relationship; determinants and effects of the therapist's influence. *Psychiatry*, 22(1), 17-39. doi: 10.1080/00332747.1959.11023154
- Garfield, S. L. (1978). Research on client variables in psychotherapy. *Handbook of Psychotherapy and Behavior Change* (pp. 191-232). Toronto: John Wiley & Sons, Inc
- Garland, A. F., & Zigler, E. F. (1994). Psychological correlates of help-seeking attitudes among children and adolescents. *American Journal of Orthopsychiatry*, 64(4), 586-593. doi: 10.1037/h0079573

- Geldard, K., Geldard, D. & Foo, R. Y. (2013). Counseling for Children. In *Counselling Children: A Practical Introduction* (pp. 1-26). London: Sage
- Glass, C. R., Arnkoff, D. B., & Shapiro, S. J. (2001). Expectations And Preferences. *Psychotherapy: Theory/research/practice/training*, 38(4), 455-461. doi: 10.1037/0033-3204.38.4.455
- Greenberg, R. P., Constantino, M. J., & Bruce, N. (2006). Are patient expectations still relevant for psychotherapy process and outcome?. *Clinical psychology review*, 26(6), 657-678. doi: 10.1016/j.cpr.2005.03.002
- Grotevant, H. D. (1998). Adolescent Development in Family Contexts. In W Damon & N. Eisenberg (Eds.). *Handbook of Child Psychology* (pp. 1097-1149). New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Høglend, P. (1999). Psychotherapy research: New findings and implications for training and practice. *The Journal of psychotherapy practice and research*, 8(4), 257.
- Holmbeck, G. N., O'Mahar, K., Abad, M., Colder, C., & Updegrove, A. (2006). In P. C. Kendall (Eds.). *Child and Adolescent Therapy: Cognitive-Behavioral Procedures* (pp. 419-464). New York: The Guilford Press
- Jenkins, J. (2008). Psychosocial Adversity and Resilience. In Rutter, et al. (Eds), Rutter's *Child and Adolescent Psychiatry* (pp. 377-391). Victoria: Blackwell Publishing
- Joyce, A. S., McCallum, M., Piper, W. E., & Ogrodniczuk, J. S. (2000). Role Behavior Expectancies and Alliance Change in Short-Term Individual Psychotherapy. *J Psychother Pract Res*, 9(4), 213.
- Kazdin, A. E. (1989). Psychotherapy for children and adolescents. *Annual review of psychology*, 41, 21-54. Doi: 10.1146/annurev.ps.41.020190.000321
- Kazdin, A. E. (2003). Psychotherapy for Children and Adolescents. *Annual Review of Psychology*, 54(1), 253-276. doi: 10.1146/annurev.psych.54.101601.145105
- Kendall, P. C. (2006). Guiding Theory for Therapy with Children and Adolescents. In P. C. Kendall (Eds.). *Child and Adolescent Therapy: Cognitive-Behavioral Procedures* (pp. 3-32). New York: The Guilford Press
- Kendall, P. C. (2012). Guiding theory for therapy with children and adolescents. In *Child and Adolescent Therapy: Cognitive-Behavioral Procedures* (pp. 3-26). New York: The Guilford Press
- Kohlberg, L. (1984). Moral Stages and Moralization: The Cognitive Developmental Approach. *The Psychology of Moral Development* (pp. 170-205). San Francisco: Harper & Row, Publishers

- Lambert, M. J., & Ogles, B. M. (2004). The Influence of Client Variables on Psychotherapy. In M. J. Lambert (Eds), *Bergin and Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change*. (pp. 194-226) New York : John Wiley & Sons
- Lewin, A. B., Peris, T. S., Bergman, R. L., McCracken, J. T., & Piacentini, J. (2011). The Role of Treatment Expectancy in Youth Receiving Exposure-based CBT for Obsessive Compulsive Disorder. *Behav Res Ther*, 49(9), 536-543. doi: 10.1016/j.brat.2011.06.001
- Machado, M. C. S. (2015). A adolescência: Como surge? Quando começa e como acaba?. In *Adolescentes* (pp. 14-21). Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos
- Marôco, J. (2014). Estatística descritiva. In *Análise Estatística com o SPSS Statistics* (37-53). Pêro Pinheiro: Report Number
- McClintock, A. S., Anderson, T., & Petrarca, A. (2015). Treatment Expectations, Alliance, Session Positivity, and Outcome: An Investigation of a Three-Path Mediation Model. *Journal of clinical psychology*, 71(1), 41-49. doi: 10.1002/jclp.22119
- Miguel, D. F. C. (2011). *As expectativas dos jovens em relação ao acompanhamento psicológico*. Tese de mestrado inédita, Universidade de Lisboa, Faculdade de Psicologia.
- Moore-Thomas, C., & Lent, R. (2007). Middle school students' expectations about counseling. *Professional School Counseling*, 10(4), 410-418. doi: [10.5330/prsc.10.4.w6452p1v23485857](https://doi.org/10.5330/prsc.10.4.w6452p1v23485857)
- Morse, J. M. (1991). Approaches to qualitative-quantitative methodological triangulation. *Nursing research*, 40(2), 120-123.
- Newman, M. G., & Fisher, A. J. (2010). Expectancy/credibility change as a mediator of cognitive behavioral therapy for generalized anxiety disorder: Mechanism of action or proxy for symptom change?. *International Journal of Cognitive Therapy*, 3(3), 245-261. doi: 10.1521/ijct.2010.3.3.245
- Nock, M. K., & Kazdin, A. E. (2001). Parent Expectancies for Child Therapy: Assessment and Relation to Participation in Treatment. *Journal of Child and Family Studies*, 10(2). doi: 10.1023/A:1016699424731
- Olán, R. J. A. (2007). Expectativas, percepción del paciente hacia su terapeuta y razones para asistir a dos o más sesiones. *Salud Mental*, 30(5), 55.

- Orlinsky, D. E., & Howard, K. I. (1978). The relation of process to outcome in psychotherapy. *Handbook of Psychotherapy and Behavior Change* (pp. 283-329). Toronto: John Wiley & Sons, Inc
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2006). Desenvolvimento Físico e Cognitivo na Adolescência. In *Desenvolvimento Humano* (pp. 436-473). Porto Alegre: Artmed Editora
- Patterson, C. L., Uhlin, B., & Anderson, T. (2008). Clients' pretreatment counseling expectations as predictors of the working alliance. *Journal of Counseling Psychology*, 55(4), 528. doi 10.1037/a0013289
- Philips, B., & Wennberg, P. (2014). Psychotherapy role expectations and experiences—Discrepancy and therapeutic alliance among patients with substance use disorders. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 87(4), 411-424. doi: 10.1111/papt.12021
- Piaget, J. (1967). A Elaboração do Pensamento. Intuição e Operações. *A Psicologia da Inteligência* (pp. 139-177). Lisboa: Livros Horizonte, Lda
- Piaget, J. (1977). O desenvolvimento mental da criança: a adolescência. *Seis Estudos de Psicologia* (pp. 89-102). Lisboa: Publicações Dom Quixote
- Pikunas, J. (1976a). Dynamics of adolescence behavior. *Human Development: An Emergent Science* (pp.251-270). McGraw-Hill, Inc.
- Pikunas, J. (1976b). Pubertal Developments. *Human Development: An Emergent Science* (pp.239-250). McGraw-Hill, Inc.
- Pilatti, L. A., Pedroso, B., & Gutierrez, G. L. (2010). Propriedades psicométricas de instrumentos de avaliação: um debate necessário. *Revista brasileira de ensino de ciência e tecnologia*, 3(1). doi: 10.3895/S1982-873X2010000100005
- Reis, B. F., & Brown, L. G. (2006). Preventing Therapy Dropout in the Real World. *Professional Psychology: Research and Practice*, 37(3), 311-316. doi: 10.1037/0735-7028.37.3.311
- Rettman, D., Christiansen, H., & Snyder, J. (2005). La entrevista conductual con niños. In V. Caballo (Ed.). *Manual para la Evaluation Clinica de los transtornos psicológicos* (pp. 63-75). Madrid: Ediciones Pirámide
- Robitschek, C., & Hershberger, A. R. (2005). Predicting Expectations About Counseling: Psychological Factors and Gender Implications. *Journal of Counseling & Development*, 83(4), 457-469. Doi: 10.1002/j.1556-6678.2005.tb00367.x



- Rosenthal, D., & Frank, J. D. (1956). Psychotherapy and the placebo effect. *Psychological Bulletin*, 53(4), 294-302. doi: 10.1037/h0044068
- Sá, I. (2005). Características da terapia com crianças e adolescentes: Implicações para a prática clínica. *Psicologia: Teoria, Investigação e Prática*, 10(1), 5-18.
- Safren, S. A., Heimberg, R. G., & Juster, H. R. (1997). Clients' expectancies and their relationship to pretreatment symptomatology and outcome of cognitive-behavioral group treatment for social phobia. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 65(4). doi: 10.1037/0022-006X.65.4.694
- Sampaio, D. (1994). Momentos decisivos. *Inventem-se novos pais* (pp. 43-80). Lisboa: Editorial Caminho
- Sandelowski, M. (2000). Focus on research methods-whatever happened to qualitative description?. *Research in nursing and health*, 23(4), 334-340. doi: 10.1002/1098-240X(200008)23:4<334::AID-NUR9>3.0.CO;2-G
- Seligman, L. D., Wuyek, L. A., Geers, A. L., Hovey, J. D., & Motley, R. L. (2009). The effects of inaccurate expectations on experiences with psychotherapy. *Cognitive therapy and research*, 33(2), 139-149.
- Shapiro, A. K (1971). Placebo effects in medicine, psychotherapy and psychoanalysis. In A. E. Bergin & S. L. Garfield (Eds.). *Handbook of psychotherapy and behavior change: An empirical analysis* (pp. 369-410). New York: Wiley.
- Stang, J., & Story, M. (2005). Adolescent growth and development. *Guidelines for adolescent nutrition services*, 1(6).
- Steckler, A., McLeroy, K. R., Goodman, R. M., Bird, S. T., & McCormick, L. (1992). Toward integrating qualitative and quantitative methods: an introduction. *Health education quarterly*, 19(1), 1-8. doi: 10.1177/109019819201900101
- Stein, A., Ramchandani, P., & Murray, L. (2008). Impact of Parental Psychiatric Disorder and Physical Illness. In Rutter, et al. (Eds), *Rutter's Child and Adolescent Psychiatry* (pp. 407-420). Victoria: Blackwell Publishing
- Stewart, P. K., Steele, M. M., & Roberts, M. C. (2014). What happens in therapy? Adolescents' expectations and perceptions of psychotherapy. *Journal of Child and Family Studies*, 23(1), 1-9.
- Strupp, H. (1983). Psychoanalytic Psychotherapy. In M. Hersen, A. E. Kazdin, & A. S. Bellack (Eds.), *The Clinical Psychology Handbook* (pp. 471-487). New York: Pergamon Press

- Surf, A. L., & Lynch, G. (1999). Exploring young people's perceptions relevant to counselling: a qualitative study. *British Journal of Guidance and Counselling*, 27(2), 231-243. doi: 10.1080/03069889908256267
- Swift, J. K., & Callahan, J. L. (2008). A Delay Discounting Measure of Great Expectations and the Effectiveness of Psychotherapy. *Professional Psychology: Research and Practice*, 39(6), 581-588. doi: 10.1037/0735-7028.39.6.581
- Teixeira, V. T. (2005). A Adolescência. (Tese de Licenciatura). Loulé
- Tinsley, H. E., & Harris, D. J. (1976). Client expectations for counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 23(3), 173-177. Doi: 10.1037/0022-0167.23.3.173
- Tomé, G., Camachoa, I., de Matosa, M. G., & Diniza, J. A. A Influência da Comunicação com a Família e Grupo de Pares no Bem-Estar e nos Comportamentos de Risco nos Adolescentes Portugueses. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 24(4), 747-756.
- Watsford, C., & Rickwood, D. (2013). Disconfirmed expectations of therapy and young people's clinical outcome, help-seeking intentions, and mental health service use. *Advances in Mental Health*, 12(1), 75-86. doi: 10.5172/jamh.2013.12.1.75
- Watsford, C., & Rickwood, D. (2015). Young people's expectations, preferences and actual experience of youth mental health care. *International Journal of Adolescence and Youth*, 20(3), 284-294. doi: 10.1080/02673843.2013.799038
- Weisz, J. & Bearman, S. K. (2008). Psychological Treatments: Overview and Critical Issues for the Field. In Rutter, et al. (Eds), *Rutter's Child and Adolescent Psychiatry* (pp. 251-268). Victoria: Blackwell Publishing
- Weisz, J. R., Weiss, B., Alicke, M. D., & Klotz, M. L. (1987). Effectiveness of psychotherapy with children and adolescents: A meta-analysis for clinicians. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 55(4), 542. doi: 10.1037/0022-006X.55.4.542
- Wolpert, M., Elsworth, J., & Doe, j. (2005). Working with parents: Some ethical and practical issues. In P. J. Graham (Ed.), *Cognitive Behavior Therapy for Children and Families* (2<sup>nd</sup> Ed) (Cap. 7). Cambridge: University Press

# **Anexos**

## Anexo A

### Escala de Expectativas de Resultado do Acompanhamento Psicológico (Bickman et al., 2010)

Nesta lista estão algumas frases sobre o que as pessoas podem ou não esperar que aconteça durante e depois do acompanhamento psicológico. Pensa nessas coisas e marca (x) na caixa do número corresponde à tua resposta.

Espero...	Não espero	Não tenho a certeza	Espero
1. Que o acompanhamento psicológico me ajude a lidar com pensamentos que me incomodam.			
2. Que o acompanhamento psicológico me ajude a resolver os meus problemas.			
3. Que o acompanhamento psicológico me ajude a melhorar o meu comportamento em casa.			
4. Que o acompanhamento psicológico me ajude a aprender a usar os meus pontos fortes.			
5. Que o acompanhamento psicológico me ajude a lidar com sentimentos dolorosos.			
6. Que o acompanhamento me ajude a melhorar a minha relação com o/a meu/minha pai/ mãe.			
7. Que o acompanhamento psicológico me ajude a melhorar o meu comportamento na escola.			
8. Que o acompanhamento psicológico me ajude a ter uma vida melhor.			

**Anexo B - Tabelas de Cotação e Interpretação da Escala de Expectativas de Resultado (Bickman et al., 2010)**

**Tabela 1.**

*Formulário de Cotação da Escala de Expectativas de Resultado do Acompanhamento Psicológico (Bickman et al., 2010)*

Item	Valores de Resposta			Valores das Respostas e Calculo dos Valores Totais
	Não Espero	Não tenho a certeza	Espero	
1	1	2	3	A
2	1	2	3	B
3	1	2	3	C
4	1	2	3	D
5	1	2	3	E
6	1	2	3	F
7	1	2	3	G
8	1	2	3	H
			Soma	J
			de A-H:	
			J/8:	K

**Tabela 2.**

*Resultados totais da Escala de Expectativas de Resultado do Acompanhamento Psicológico (Bickman et al., 2010)*

Escala	Nível da Expectativa	
	Baixa	Média/Elevada
Expectativas de Resultado do Acompanhamento Psicológico	<2.0	2.0-3.0

## Anexo C

### Índice de Expectativas em Relação ao Processo de Acompanhamento Psicológico (Bickman et al., 2010)

Nesta lista estão algumas frases sobre o que as pessoas podem ou não esperar que aconteça do acompanhamento psicológico. Pensa nessas coisas e marca (x) na caixa do número corresponde à tua resposta.

Espero...	Não espero	Não tenho a certeza	Espero
1. Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo.			
2. Que para melhorar, eu tenha de mudar muito.			
3. Trabalhar em conjunto com o/a meu/minha psicólogo/a, durante o acompanhamento psicológico.			
4. Que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil para mim.			
5. Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/à meu/minha psicólogo/a.			
6. Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim.			
7. Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico.			
8. Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família.			
9. Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas.			

## Anexo D

### Tabela de Interpretação do Índice de Expectativas em Relação ao Acompanhamento Psicológico (Bickman et al., 2010)

**Tabela 3.**

*Interpretação da escala de expectativas em relação ao processo de acompanhamento psicológico*

Item	Presença de Expectativa	Incerteza	Ausência de Expectativa
1. Que o/a meu/minha psicólogo/a não diga a outras pessoas o que lhe digo.	Espera confidencialidade, o que pode indicar algum nível de confiança no terapeuta	Incerteza se a confidencialidade será mantida e se pode confiar no terapeuta	Não espera que exista confidencialidade, o que pode indicar falta de confiança no terapeuta
2. Que para melhorar, eu tenha de mudar muito.	Espera que seja necessário realizar grandes mudanças para melhorar, o que pode sugerir um elevado nível motivacional e/ou baixo conhecimento acerca do acompanhamento	Incerteza se terá de realizar grandes mudanças para melhorar	Não aceita que é necessário realizar grandes mudanças para melhorar, o que pode sugerir um baixo nível motivacional e/ou baixo conhecimento acerca do acompanhamento
3. Que o meu/minha psicólogo/a e eu vamos trabalhar juntos durante o acompanhamento psicológico.	Espera colaborar com o/a seu/sua psicólogo/a, o que pode indicar a expectativa de um papel activo durante o processo	Incerteza se irá colaborar com o/a seu/sua psicólogo/a	Não espera colaborar com o/a seu/sua psicólogo/a, o que pode indicar a expectativa de um papel passivo durante o processo
4. Que estar no acompanhamento seja um trabalho difícil para mim.	Espera que a participação no processo envolva trabalho árduo, o que pode sugerir um elevado nível de motivação e/ou elevado conhecimento acerca do processo	Incerteza se a participação no processo envolverá trabalho árduo	Não espera que a participação no processo envolva trabalho árduo, o que pode sugerir um baixo nível de motivação e/ou pouco conhecimento acerca do processo
5. Ser muito cuidadoso/a em relação ao que digo ao/a meu/minha psicólogo/a.	Espera ser cuidado/a em relação ao que partilha com o/a psicólogo/a, o que pode indicar falta de confiança ou incerteza relativamente ao/a psicólogo/a ou ao processo	Incerteza se será cuidadoso com o que partilhará com o/a psicólogo/a	Não espera ser cuidadoso/a em relação ao que partilha com o/a psicólogo/a, o que pode indicar confiança relativamente ao/a psicólogo/a ou ao processo
6. Sentir-me confortável para dizer que acho que o acompanhamento psicológico não está a ajudar-me, se me sentir assim.	Espera sentir-se confortável para mencionar esta questão durante o processo, o que pode indicar que espera colaborar com o/a psicólogo/a	Incerteza se está confortável para mencionar esta questão durante o processo	Não espera sentir-se confortável para mencionar esta questão durante o processo, o que pode indicar que espera ter um papel passivo durante o acompanhamento
7. Ter, por vezes, pensamentos e sentimentos difíceis por causa das minhas sessões de acompanhamento psicológico.	Espera que o acompanhamento o/a faça sentir desconfortável, o que sugere compreensão e/ou conhecimento acerca do processo	Incerteza se o acompanhamento o/a fará sentir desconfortável	Não espera que o acompanhamento o/a faça sentir desconfortável, o que sugere falta de compreensão e/ou de conhecimento acerca do processo
8. Que o/a meu/minha psicólogo/a respeite os costumes e origens culturais, meus e da minha família.	Espera que o/a psicólogo/a seja culturalmente sensível	Incerteza sobre se espera que o/a psicólogo/a seja culturalmente sensível	Não espera que o/a psicólogo/a seja culturalmente sensível
9. Que o acompanhamento psicológico seja a única ajuda que precise para lidar com os meus problemas.	Espera que o acompanhamento seja a única ajuda da qual necessitará	Incerteza acerca do acompanhamento ser a única ajuda da qual necessitará	Não espera que o acompanhamento seja a única ajuda da qual necessitará, pode esperar que medicação ou serviços adicionais sejam necessários. Também pode sugerir que o cliente espera a necessidade de apoio informal, e.g. guia espírito ou religioso, família, amigos

**Anexo E**  
**Pedido para Uso da Escala e do Índice**

De: Ana Barreiro

Para: Leonard.Bickman

Assunto: Request to use Treatment Outcome Expectations Scale and Treatment Process

Dear Dr. Bickman,

My name is Ana Barreiro and I'm a Masters Student of Clinical Psychology on the Faculty of Psychology, University of Lisbon, Portugal. In order to require my Master's Degree, I'm developing an investigation that focuses on the expectations of adolescents regarding the psychotherapy process.

I am writing to request your permission to translate the Treatment Outcome Expectations Scale (TOES) and Treatment Process Expectations Index (TEPI) to Portuguese, adapt it to our population and to administer it. I believe that it would be an asset to the investigation, since they are both directed to the subject in question and focus on the variables I want to measure.

Apologies for the inconvenience and thank you for your time.

Best regards,

Ana Barreiro



**Anexo F**  
**Consentimento dos Autores**

De:

Leonard.Bickman

Para: Ana Barreiro

Assunto: Request to use Treatment Outcome Expectations Scale and Treatment Process Expectations Index

Please go ahead and use the measure but realize that the University in the future may limit use. This is unlikely for research. Yes, please send me both the forward and backward translations.

Len Bickman

Research Professor

Vanderbilt University &

Florida International University

## **Anexo G**

### **Pedidos de Autorização para as Instituições**

Exmo.(a) Doutor(a):

O meu nome é Ana Rita de Sousa Barreiro, frequento o 5ºano do Mestrado Integrado em Psicologia na Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa. Como discente desta instituição, estou a dar início à parte prática da minha dissertação de mestrado, com supervisão da Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Luísa Bizarro, intitulada “Expectativas dos adolescentes em relação ao acompanhamento psicológico”. Visa-se compreender as expectativas dos adolescentes em relação ao processo e resultados terapêuticos.

Para a prossecução dos meus objectivos, gostaria de requerer a vossa autorização para a aplicação de dois breves questionários a adolescentes entre os 12 e os 18 anos, que estejam a iniciar o processo de acompanhamento psicológico. Os questionários seriam aplicados em três momentos: primeiramente, no início do processo terapêutico, num segundo momento aproximadamente a meio e no fim do acompanhamento psicológico. Será requerida a autorização para a participação no estudo aos encarregados de educação. Posteriormente, os questionários serão entregues aos adolescentes num envelope aberto, juntamente com o consentimento informado para os participantes. Os jovens deverão preencher os questionários, colocá-los no envelope e fechá-lo, de modo a assegurar a confidencialidade dos dados. Os envelopes serão distribuídos e recolhidos pela investigadora ou pelo psicólogo do adolescente e, posteriormente entregues à investigadora. O preenchimento dos questionários demorará, aproximadamente, 15 minutos.

O consentimento informado visará que a participação dos adolescentes será voluntária e que podem desistir a qualquer momento, sem que essa decisão tenha qualquer consequência no processo de avaliação e posterior intervenção

Não será recolhida que não seja necessária ao estudo, nem que torne possível a identificação dos participantes. As informações disponibilizadas destinar-se-ão exclusivamente a fins de investigação académica.

Agradeço, desde já, a atenção e disponibilidade.

Com os meus respeitosos cumprimentos,

Ana Rita Barreiro

## **Anexo H**

### **Consentimento dos Encarregados de Educação**

#### **Declaração de consentimento informado**

O meu nome é Ana Rita Barreiro e, no âmbito do Mestrado de Psicologia da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, estou a efectuar, sob a Orientação da Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Luísa Bizarro, um estudo com o objectivo de compreender quais as expectativas dos adolescentes em relação ao resultado e processo terapêuticos.

Deste modo, venho solicitar o vosso consentimento para utilizar os dados recolhidos através da aplicação de dois questionários, em três sessões: a primeira no início do processo terapêutico, a segunda aproximadamente a meio e a última no fim do acompanhamento psicológico do(a) seu(sua) educando(a). O preenchimento dos questionários tem a duração de cerca de 15 minutos.

Os dados recolhidos utilizados nesta investigação serão totalmente confidenciais e será assegurado o anonimato do(a) seu(sua) educando(a), o que significa que não será possível a identificação dos jovens envolvidos no mesmo.

A participação do(a) seu(sua) educando(a) neste estudo é voluntária, podendo desistir a qualquer momento, sem que essa decisão tenha qualquer consequência no processo de avaliação e posterior intervenção do(a) vosso(a) filho(a). Toda a informação obtida neste estudo será estritamente confidencial e que a identidade do(a) seu(sua) educando(a) nunca será revelada em qualquer relatório ou publicação, ou a qualquer pessoa não relacionada directamente com este estudo.

Caso tenha alguma dúvida relativamente à presente investigação ou pretenda obter informação geral sobre os resultados do estudo, poderá entrar em contacto comigo através do correio electrónico: [anabarreiro09@gmail.com](mailto:anabarreiro09@gmail.com)

Muito Obrigada pela disponibilidade e colaboração,

Ana Rita Barreiro

Assinatura do Encarregado de Educação

---

## **Anexo I**

### **Instruções para os Participantes**

Vimos convidar-te a participar num estudo sobre as expectativas acerca do acompanhamento psicológico. Este projecto insere-se no âmbito de uma investigação da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, realizada pela aluna Ana Rita Barreiro, sob a orientação da Professora Doutora Luísa Bizarro.

Considerando preciosa a tua disponibilidade para colaborar, procurámos reduzir, simplificar e clarificar ao máximo o material que segue neste envelope. Caso decidas colaborar, dispensando-nos cerca de 15 minutos do teu tempo, por favor PREENCHE TUDO aquilo que te é pedido nas folhas deste envelope.

Queremos assegurar-te que todos os dados são confidenciais. O(a) teu(tua) psicólogo(a) não terá acesso às tuas respostas. Os resultados servirão directamente objectivos científicos, e podem vir a contribuir para melhorar a qualidade do acompanhamento psicológico.

É MUITO IMPORTANTE que não deixes nenhuma pergunta por responder. Depois de preencheres o material, coloca-o de novo no envelope e entrega-o FECHADO ao(à) teu (tua) psicólogo(a) ou à investigadora. Qualquer envelope que chegue às mãos dos investigadores por fechar será considerado inválido para o presente estudo (devido a questões de confidencialidade e rigor experimental).

Se, em qualquer altura, quiseses desistir basta informares o(a) teu(tua) psicólogo(a) ou a investigadora.

Se tiveres alguma dúvida, podes contactar-nos a partir do e-mail: [anabarreiro09@gmail.com](mailto:anabarreiro09@gmail.com)

Obrigado!

Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Luísa Bizarro, Ana Rita Barreiro

Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa

## **Anexo J**

### **Dados Demográficos a Preencher pelo Participante**

**Dados do(a) Participante**

**#ID** \_\_\_\_\_

**Idade:** \_\_\_\_\_

**Sexo:** Feminino ☐ Masculino ☐

**Primeira vez que recebe acompanhamento psicológico?** Sim ☐ Não ☐

**Se já respondeu NÃO, indique a idade que tinha quando recebeu acompanhamento pela primeira vez:** \_\_\_\_\_.

## Anexo K

### Dados Demográficos a Preencher pelo Psicólogo

**Dados a preencher pelo Psicólogo**

**#ID** \_\_\_\_\_

**Sessão:** 1ª ☐ 5ª ☐ Última ☐

#### Relativamente ao cliente

##### Problemática:

Perturbações do Humor/Depressão ☐

Perturbação de Ansiedade, Fobia específica ☐

Perturbação de Ansiedade, Ansiedade Generalizada ☐

Perturbação de Ansiedade, Ansiedade de Separação ☐

Perturbação do Comportamento/Oposição ☐

Perturbação do Sono ☐

Perturbação da Alimentação ☐

Perturbações da Aprendizagem ☐

Perturbação de Hiperactividade com Défice de Atenção ☐

Problemas relacionais com os pares ☐

Problemas relacionais com adultos ☐

Outra ☐ Qual? \_\_\_\_\_

##### Pedido de Acompanhamento:

Efectuado pelo próprio ☐

Efectuado por terceiros ☐

#### Relativamente ao Psicólogo:

**Estagiário?** Sim ☐ Não ☐

**Anos de experiência:** \_\_\_\_\_

**Orientação teórica** Dinâmica ☐

Cognitivo-comportamental ☐

Sistémica ☐

Outra ☐ Qual? \_\_\_\_\_